بہیں پہ اس نے سو لچھیا پاکر جیسے تمنا تھی من لگایا
برہم نرودش "سم" ہے جیتن وہ گویا اس میں ہی جا سمایا

المعروف

# فلسفۂ اعتدال

حصہ اول

مصنفہ

## ڈاکٹر چونی لعل جیتن

مہتمم شفاخانہ پاسچر انسٹی ٹیوٹ آف انڈیا

کسولی

۱۹۱۲ عیسوی

زیر اہتمام لالہ ... پریس لاہور میں طبع ہوا

بتا چاہے پریم رس رنگا چاہے مان
ایک میان میں دو کھڑگ دیکھا سنا نہ کان

قیمت فی جلد ... تعداد جلد ۱۰۰۰

# سمرپن

گرنتھ کرتا اتینت پریم سے اپنی اس ناچیز سیوا کو بھگوان کرشن کے پوتر چرن کملوں میں ارپن کرتا ہے۔ جنہوں نے گیتا رُوپی سچے یوگ کے اوپدیش سے بھارت میں امرت کا پرواہ چلایا۔ اور غریب الوطن پانڈووں کو سودراجیہ کا سیدھا مارگ دکھایا۔ گویا اہنکار کو بھگوت ارپن کرنے کی ہدائیت کی۔

بمصداق

यत्करोषि यदश्नासि यज्जुहोषि ददासि यत्॥

منش ایک "سُماجک ہستی" ہے۔ کیونکہ نہ صرف اس کے باطنی قواء کی نشوونما ہی باہمدگر تعلقات اور تبادلۂ خیالات سے ہوتی ہے۔ بلکہ بیرونی خوشحالی کا بھی انحصار اسی امر پر ہے۔ کہ اس کی سوسائٹی اس وصفِ اعلٰے

سوسائٹی کی بنیاد اگر اس امر پر ہے۔ کہ افراد اپنے خیالات کا بالمقابل دوسروں پر اظہار کر سکیں۔ جیسے بولنے وغیرہ کی شکتی سے۔ تو تہذیب کا دارومدار اس بات پر ہے کہ نہ صرف دیش کے لحاظ سے ہی خیالات پھیل سکیں۔ بلکہ کال کے لحاظ سے دیرپا بھی ہوں۔ جیسے لکھنے وغیرہ سے۔ چنانچہ "تار" اگر اول الذکر کے کمال کو ظاہر کرتی ہے۔ تو "چھاپنے" کا ہنر آخر الذکر کے کمال کا مظہر ہے ؎

سے موصوف ہو۔ ہر شخص کا ذاتی تجربہ ہوگا۔ کہ ایک بھی تکلیف زدہ آدمی کُنبے
بھر کو بے چین کرنے کے لئے کافی ہوتا ہے۔ جس پر کہ شاعر نے کہا ہے
ع درد کو محفل احباب میں مت یاد کرو ،، نہ کہیں عیش تمہارا بھی منغّص ہوئے
چنانچہ اسی لئے زمانہ قدیم سے ہمسایہ کے ساتھ اپنے جیسی محبت کا سلوک کرنا
اور اپنے اہل وطن کو خوشحال اور فارغ البال کی کوشش میں لگے رہنا "سچی
انسانیت" کا لکشن کہا گیا ہے۔ اور ہر شخص کے فرائض کی بنیاد اسی امر پر رکھی
گئی ہے۔ کہ وہ حتے الامکان اپنی طاقتوں کو اس مطلب کے لئے خرچ کرے
کہ اس کے دیش باسی بھائی افلاس۔ امراض اور جہالت کی مصائب سے نجات
پائیں۔ نیز یہی وجہ ہے۔ کہ مغربی علماء نے "سوشیالوجی" کو (جس کے مطالعہ
سے قوموں کے عروج وزوال کے اسباب و علاج کا پتہ لگتا ہے) ایک خاص
"سائینس" کا درجہ دیا ہے ؁

چونکہ انسان کے لئے سب سے بڑھ کر مطالعہ کی شئے "انسان" ہی ہے۔ اِس
لئے ہر ایک مہذب شخص کے لئے لازمی ہے۔ کہ وہ اپنا جیون پشوؤں کی طرح
صرف شخصی ضروریات کے مہیّا کرنے میں ہی نہ بسر کردے۔ بلکہ "ساماجک ودّیا"ل
کے مطالعہ سے بھی دلچسپی لے۔ اور یہ جاننے کی کوشش کرے۔ کہ کمزور قوم

ل "ساماجک ودیا" کی اغراض میں سے ایک توان ای فطرت کے اُس اعلےٰ جوہر
(خود ایثاری - یگیہ شکتی) کی تقیح و تربیت کرنا ہے۔ جس پر کہ اس کے حیوانی
زندگی سے بالاتر ہونے یعنے انسان کہلانے کا انحصار ہے۔ دیگر ادنےٰ درجے
والے اصحاب کو اُبھارنا یعنے تمام افراد میں حتے الامکان یکسانیت پیدا کرنا ہے
خواہ مادی پہلو سے ہو یا روحانی پہلو سے۔ جیسا کہ مہذب ممالک میں مختلف قسم
کی سوسائٹیاں۔ یتیم خانے۔ شفا خانے۔ غریب خانے یا تعلیمگاہیں وغیرہ
سے پایا جاتا ہے۔ حتے کہ مزدوروں تک کو بے احتیاطی کے علاوہ دیگر
سے محفوظ رکھنے کے لئے قوانین بنائے جاتے ہیں ؁

کو طاقتور[1] بنانے کے لئے کونسے عناصر ضروری ہیں؟ اور زندگی کو راحت بخش[2] بنانے والے کونسے امور ہیں؟ تاکہ قومی فرائض (ڈیوٹی) کے بوجھ سے سبکدوش ہوکر سچی راحت حاصل کر سکے ۔

لیکن چونکہ قومیں بھی شخصی زندگی کی طرح ترقی کے تمام درجات میں سے گذرتی ہیں۔ اس لئے "نیم مہذب" ہندوستانی قومیت کو "مہذب" اقوام کے پہلو بہ پہلو کھڑا کرنے کے لئے جہاں ایک طرف گذشتہ اور موجودہ زمانے کی تمام قوموں کی تواریخ یعنی مذہبی اور ملکی ایوولیوشن (سلسلۂ ترقی[3]) کے مطالعہ کرنے کی ضرورت ہے (کہ کس طرح سے مختلف ممالک میں غلامی نے

[1] قومی ترقی کیلئے آجکل مندرجہ ذیل امور پر توجہ رکھنا ضروری سمجھا جاتا ہے:- (۱) ملکی آبادی کی تقسیم محنت کے لحاظ سے جماعت بندی اور ان کے فرائض و حقوق میں مناسب حالات تغیر و تبدل کرنا (۲) انسانی مساوات کا احساس اور عمل کرانا بذریعہ مذہب۔ حکومت یا سوسائٹی کے قوانین کے۔ (۳) ملکی پیداوار کا بذریعہ کاشت دستکاری اور تجارت کے کافی مہیا کرنا (۴) افرادِ قوم کی صحت اور طاقت کا اسقدر خیال رکھنا کہ اندرونی بدامنی اور بیرونی حملوں سے محفوظ رہے (۵) تعلیم حتی الامکان سستی اور اعلےٰ درجے کی ہر بچے کو دلانے کی کوشش کرنا۔ تاکہ بوقت ضرورت قدرتی طاقتوں سے کام لے سکے (۶) اخلاقی معیار اس درجہ تک بذریعہ قانون کے اونچا کرنا۔ کہ انسان کے فطرتی نقص تصحیح پاکر خود غرضی اور ہمدردی مناسب حدود سے تجاوز نہ کریں ۔

[2] زندگی کو راحت بخش بنانے والے امور فنونِ لطیفہ یعنی مصوری اور موسیقی (جس میں گانا بجانا اور ناچنا شامل ہیں) فن تعمیر۔ نقاشی۔ بت تراشی۔ شاعری اور قصہ گوئی وغیرہ ہیں

[3] سائنس کی ترقی سے نہ صرف معجزات اور سحر و جادو وغیرہ کی جگہ ہی قوانین قدرت نے لے لی۔ بلکہ بغور دیکھیں۔ تو غلامی بھی طبعی شکتیوں پر قابو پاکر ان سے کام لینے کیوجہ سے ہی نابود ہوئی معلوم ہوتی ہے۔ کیونکہ زمانہ قدیم میں یہ اس لئے لازمی تھی۔ کہ فاتح کے آرام کے لئے انسانی محنت ہی ضروری ہوتی تھی۔ مگر اب مشینوں کے بہتر کام کرنے پر حیوانوں کی طرح ان کو بھی رہائی دی گئی ۔

بیگار کی شکل پکڑی؟ اور بیگار نے شخصی سرمایہ داری کا رُوپ بدلا؟ اور کس طرح سے یہ آجکل مجلسی سرمائے کی صورت اختیار کر رہا ہے؟) وہاں دوسری طرف تمام اہلِ وطن کو یہ بھی معلوم ہونا چاہیئے۔ کہ "قوم"[1] چونکہ افراد کے ہی مجموعے کا نام ہوتا ہے۔ اِس لئے جس طرح کیمیائی مرکبات بنانے میں کامیابی کے طالب کو اوصافِ عناصر کی واقفیت ہونی لازمی ہوتی ہے۔ یا علمِ حساب و علمِ زبان کے لئے ہندسوں اور حروفِ تہجی کا جاننا ضروری امر سمجھا جاتا ہے۔ ویسے ہی مسئلہ اتحاد یعنی قومی آرگنیزیشن کے شائقین کیلئے "اِعتدال" کا مفہوم سمجھنا (جس کا تعلق شخصیات سے ہے) ازبس ضروریات سے ہے۔ تاکہ ایک طرف اگر اِس سے اپنی شخصی ترقی کے مناسب سامان بہم پہونچا کر قومی ترقی کا ساد ہن ہو سکیں۔ تو دوسری طرف اِنسانی فطرت سے واقف ہونے کے کارن ہر ایک سمبندھی سے مناسب سلوک (بلحاظ حقوق و فرائض) کر کے پریم اور اِتحاد کی زنجیر کو بھی مضبوط کرتے رہیں ؛

اِس میں کچھ شک نہیں۔ کہ باوجود ہر قسم کی سرد و گرم آب و ہوا رکھنے

[1] "انسائیکلوپیڈیا برٹینیکا" نامی کتاب میں لکھا ہے۔ کہ "سوسائٹی" ایسے افراد کا مجموعہ ہے۔ جو کہ تمام قدرتی حقوق یکساں رکھتے ہیں۔ اور اگر تمام یکساں لیاقت نہیں رکھتے۔ تو بھی ہر ایک اپنی فطرت کی تقلید سے اپنی بہتری بہتر سمجھتا ہے۔ اِس لئے "سماجک اتحاد" دراصل باہمد گر ایک قسم کا معاہدہ ہے۔ جس کا مدعا ہر فرد بشر کی قدرتی بے لگامی میں ایسی بندش لگانا ہے۔ کہ وہ دوسرے کے حقوق میں خلل انداز نہ ہو سکے۔ چنانچہ اسی مطلب کے لئے حکومت ایک "ضروری شئے" سمجھی گئی ہے۔ لیکن چونکہ یہ ایک "ضروری مصیبت" ہے۔ اِسلئے اِس کے اختیارات صرف وہیں تک محدود ہونے چاہئیں۔ جہانتک کہ اس معاہدہ کی ضروری شرائط کو پورا کرا سکے۔ کیونکہ ہر شخص کا حق ہے۔ کہ وہ قدرتی راحتوں کو بھوگے جو کہ وہ اپنی محنت سے حاصل کرتا ہے۔ پس اس کی محنت میں کوئی امر سدِ راہ نہیں ہونا چاہیئے ؛

والے وسیع اور زرخیز ملک کے متوطن ہونے اور کل دنیا کا پانچواں حصّہ
ملکی آبادی رکھنے یعنے اعلےٰ درجہ کے مادی اور روحانی دولت کے مالک
ہونے کے بھی اہلِ ہند کا ایسی ذلیل اوستھا کو پراپت ہونا کہ نہ صرف
غیر ممالک میں ہی اِن سے اکثر حقارت آمیز سلوک کیا جاتا ہے۔ بلکہ اپنے
وطن میں بھی بعض اوقات ناگوار واقعات پیش آتے رہتے ہیں۔ صرف
"ساماجک ودّیا" سے اِن کے بے بہرہ ہونے کا نتیجہ ہے۔ لیکن چونکہ اِس
اعلےٰ درجے کے علم کا ادھکاری ہی وہ شخص ہوتا ہے۔ جو کہ شخصی ترقی
کے اصولوں سے واقف ہو۔ اِس لئے اہلِ وطن کی سیوا کے خیال سے ضروری
معلوم ہوا۔ کہ پہلے "فلسفۂ اعتدال" پیش کروں۔ اگر ناظرین کی طرف سے
حوصلہ افزائی ہوئی۔ تو اِسی سلسلے کا دوسرا اور تیسرا حصّہ یعنی "فلسفۂ اتحاد"
اور "فلسفۂ نجات" بھی جلد ہی نذر کیا جائیگا۔ تاکہ منش کی پرکرتی میں جو کرم[۱] - پریم

[۱] بعض اصحاب کے خیال میں ان شکتیوں کی ترتیب پریم۔ کرم اور گیان کی صورت میں ہوتی ہے۔
کیونکہ وہ کہتے ہیں۔ کہ پہلے مذہب کا رواج تھا۔ تو اس نے "پریم" سے انسانی مساوات قایم کرنی چاہی تھی
گو جو لوگ ہنما تھے۔ وہ اپنی شخصیت کے اثر بڑھنے پر مبتلا نفس پرستی ہو گئے اور دوسروں کو غلام بنالیا
بعدہٗ حکومت نے تخت سنبھالا۔ اور طاقت سے انسانی برابری قایم کرنے کا دعوےٰ کیا۔ لیکن شخصی
کمزوریاں اس پر بھی حاوی ہو گئیں اور امیروں غریبوں کا تفرقہ ہوا۔ آخرالامر اب علمی ترقی نے سماجک
جیون (سوشیلزم) کی بنیاد رکھی ہے۔ جو کہ علمی اصولوں پر مساوات کے فرایض و حقوق کا دعویدار
ہو کر مختلف قسم کی سوسائٹیاں بنانے کا کارن ہوا ہے۔ اور ہمدردی۔ انصاف۔ صداقت
اور کفایت شعاری اپنی بنیاد میں رکھتا اور ہر کہ ومہ کو قوانینِ حکومت میں رائے پیش کرنے
کا مستحق قرار دیتا ہے ۔ (اس تفریق خیال سے ایک طرف اگر یہ ثابت ہوتا ہے۔ کہ مالسنا
شکتیوں کا اظہار باہمد گر پیچیدگی سے ہوتا ہے۔ وہاں دوسری طرف دوسرے کی ذات (ورن)
اور تنخواہ (آمدنی) کا سوال بھی ناجائز ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ یہی امور مخالف اتحاد و مساوات
ثابت ہوئے ہیں۔ اور وحشی زمانے کی یادگار ہیں)

اور گیان نامی تین شکتیاں بالترتیب ظہور پکڑتی ہیں۔ سلسلے وار نشوونما پائیں۔ اور وہ اپنی تکمیل فطرت (ایوولیوشن) سے اس "سچے سوراجیہ" (سالویشن = موکش) کے حصول میں کامیاب ہو۔ جو کہ انسانی زندگی کا حقیقی مقصد ہے۔ کیونکہ اگرچہ عالم محسوسات میں جو آج بنتا ہے۔ کل بگڑ جاتا ہے۔ اِس لئے یہ کہہ سکتے ہیں۔ کہ سوائے تبدیلی (ایوولیوشن) کے اور کوئی شئے مدامی نہیں۔ لیکن بغور دیکھا جائے۔ تو صاف معلوم ہوتا ہے۔ کہ اس "عالم تغیرات" میں ایک لاتغیر مظہر بھی ہے۔ جو کہ تغیر پذیر مادے کا انحصار کسی دوسری "بنیادی ہستی" پر ثابت کرتا ہے۔ چنانچہ اسی "ترے کال ست وسنو" کی پراپتی کو مادی قانون "ایوولیوشن" کے بالمقابل روحانی قانون "سالویشن" کے نام سے موسوم کیا گیا ہے ؎

## عالمگیر "قوانین" یعنی "ترقی" اور "آزادی"

ہے "ایوولیوشن" کی داستاں ہی اگرچہ ہر سو سُنائی دیتی
نگاہ جہاں تک ہے کام کرتی اسی کی صورت دکھائی دیتی
نہیں ہے اس میں شبہ کسی کو کہ ہے یہ نیچر میں سب پہ حاوی
ہر ایک صورت ہر ایک سیرت اسی کی ہی ہے دوہائی دیتی
ولے یہ کہنا نہ نامناسب ہو تو میں کہہ دوں گا بے تکلف
کہ روح اپنے قریب اس کی نہیں ہے ہونے رسائی دیتی
ثبوت اس کا جو کوئی مانگے۔ وہ جانداروں پہ غور کر لے
کہ ہے "رہائی" کی ایک خواہش نہیں کسی کو رہائی دیتی
لحاظ سائنس کا ہے ہم کو نہ پاسداری ہے مذہبوں کی
فلاسفی کی نگاہ سے دیکھیں ہے سب کو جو ایکتائی دیتی
اسی کا "مکتی" تھا نام پہلے سوراجیہ کے جو حقیقی معنے

مجازی معنوں میں آج ہر سُو ہے "لبرٹی" یہ سنائی دیتی
نجات کہہ لو یا سالویشن یہی ہے آزادگی کی "دیوی"
بہا اسی کی ادا کی خاطر ہے خون مُلکی لڑائی دیتی
اِسی کیخاطر تھے یوگ کرتے زمانہ ماضی کے جو رِشی تھے
یہی محب الوطن کے کاموں کو آجکل ہے بڑائی دیتی
بدولت اس کی ہی "سبت" کا دن ہؤا ہے طلباء کا سب سے پیارا
اِسی کی خواہش ہے میکدہ میں جو میخوروں کی کمائی دیتی
اِسی سے "سونا" لگے ہے میٹھا اِسی کو سحر سرور کہیئے
ہزاروں شکلوں میں رنج و غم ہے اِسی کی سب کو جدائی دیتی
نہ قید خوش آتی ہے پرندوں کو پھر بشر کا تو کہنا ہی کیا؟
گو "سبق اُلٹا" یہ شک ہے سب کو ہے "مکتبوں کی پڑھائی" دیتی
غرض یہ آزادگی کی خواہش ہے جانداروں پہ راج کرتی
کسی کے دل کی تہوں میں دیکھو یہی چھپی ہے دکھائی دیتی
قیود رسم و رواج کی ہوں یا ہوں قوانین سلطنت کی
مثال پابندیٔ مذاہب یہی ہے سب پر صفائی دیتی
یہی ہے کارن ہر اک ترقی کی خواہ وہ علم و فنون کی ہے
یہی ہر اک شعبہ زندگی میں ہے سب بُروں کے بھلائی دیتی
ازل سے لیکر ہے آج تک یہ بس ایک ہی انداز سے نمایاں
ثبوت ہونے کا لاتغیّر ہے اس کے ساری خدائی دیتی
صحت کا اِسکی ہی جام پینے میں آج مدہوش ہؤا ہے چیتن
وصل کے شربت سے جو ہے اپنے جنوں کی اسکے دوائی دیتی

چونکہ "سم" شبد نہ صرف اعتدال کے ہی معنے رکھتا ہے۔ بلکہ اس سرو ویاپک شکتی (ست۔ گیان۔ اننت) یعنی پورن برہم کے ارتھ میں بھی آتا

ہے۔ جو کہ دیش کال وستو کے ہر ایک سمبندھ میں سمان روپ سے موجود اور من کے سامیہ اوستھا (سمادھی) میں قیام پانے پر انبھو ہوتا ہے۔ اِس لئے بمصداق "ولی را ولی میشناسد" ناظرین کو سمدرشی بنانے اور حقیقتِ حال کا مفہوم ذہن نشین کرانے کے لئے کتاب ہذا میں نہ صرف موجودہ زمانے کے مغربی محققین کی مادی تحقیقات کے نتائج کا نچوڑ (وکاش) ہی دکھایا گیا ہے۔ بلکہ زمانہ ماضی کے مشرقی رشیوں کی روحانی حقیقت (موکش) کا بھی تتو درشایا گیا ہے۔ تاکہ ایک تصویر کے دو پہلوؤں کی صورت میں وہ اس صداقت کو جو کہ ہمیشہ "اب" اور "یہاں" کے روپ میں جلوہ نما رہتی ہے۔ بخوبی انبھو کرتے ہوئے "پریم رس" کے ادھکاری بنیں۔ نیز جس طرح ترازو کے پلڑے برابر ہونے سے سودا لینے دینے والے کو اطمینان نصیب ہوتا ہے۔ ویسے ہی مضمون ہذا کے پڑھنے لکھنے والے شانتی کو پراپت ہوں

**نوٹ**:۔ جس طرح "تاریخ طب" کے مطالعہ کرنے سے "تھیورجیکل[1]" "ایمپریکل" اور "ریشنل" طریق علاج بتدریج عمل میں آیا ثابت ہوتا ہے چونکہ ویسے ہی زندگی کے دیگر علمی و عملی پہلوؤں کی حالت میں آجکل کے سائنسدان "ایوولیوشن" کا نظارہ دکھلاتے اور توہمات کے بعد معقولات کا آنا ظاہر فرماتے ہیں۔ اس لئے جہاں ایک طرف کتاب ہذا میں حتے الامکان اصول منطق کو مدنظر رکھ کر خاص مضامین پر بحث کی گئی ہے۔ وہاں دوسری طرف اہلِ وطن سے بھی درخواست کی جاتی ہے۔ کہ وہ جس کسی مضمون کو بھی اپنے خیالات سے مخالف پائیں۔ "معیارِ زمانہ" پر پرکھ لیں۔ یعنے

[1] "تھیورجیکل" سے وہ طریقِ طبابت مراد ہے جس میں بیماری کا سبب "فوق القدرت" طاقت مثلاً جن بھوت یا ستاروں کی گردش سے منسوب کیا جاتا ہے۔ اور "پراگنوسس" یعنے انجامِ مرض کی پیشگوئی چھینک یا مختلف حیوانات کے بولنے وغیرہ شگونوں کو دیکھ کر (بقیہ بر صفحہ نمبر ۹)

ان کا اپنا خیال یا کتاب ہذا کا مضمون جو بھی پُرانا اور بوسیدہ ہو۔ اس کو بچوں کی سی بات سمجھ کر ترک کر دیں۔ اور جو زمانۂ حال سے قریبی تعلق رکھتا ہو۔ اُس کو "مناسب حال" سمجھ کر دھارن کر لیں۔ کیونکہ توہمات و تعصبات سے بالاتر ہو کر "حال مست" رہنا ہی "جیون یاترا" کا بہترین سادھن اور "جیون

(حاشیہ بقیہ صفحہ نمبر ۸) کی جاتی ہے۔ علاج مرض جنتر منتر تعویذ قربانی وہون وغیرہ جادو کے عملوں سے کیا جاتا ہے۔ اور معالج عام طور پر خلافِ رواج زندگی بسر کرنے والے مثلاً ہڈیاں گلے میں ڈالے جٹا بڑھائے بھبوت رمائے یا دیگر خوفناک صورتیں دھارن کئے ہوئے اپنے تئیں ارادتہً تشنجی حالت یا وجد میں لانے والے اور لوہے کی زنجیروں سے پیٹنے والے ہوتے ہیں۔

ایمپریکل وہ طریق حکمت ہے جس میں طبع انسانی کو اربعہ عناصر کا ظہور قرار دیکر اسباب الامراض یا تو گرمی سردی تری و خشکی کی صورت میں مختلف موسموں سے وابستہ قرار دیئے جاتے ہیں یا خونی بلغمی صفراوی اور سوداوی کے ناموں سے خون کی مقدار و خواص میں تبدیلی ہونے سے منسوب کئے جاتے ہیں (خواہ وہ امراض جراثیم کی وجہ سے ہوں یا طبعی و کیمیائی اثر سے) اور علاج تمام امراض کا تجربات عامہ کی بناء پر کیا جاتا ہے۔ جیسے کہ اکثر ویدک اور یونانی حکمت کے عامل کرتے ہیں ؞

ریشنل وہ طریقِ علاج ہے جس میں اقلیدس یا مساحت کی طرح مسلمہ واقعات اور صحیح مقدمات سے نتائج اخذ کئے جاتے ہیں۔ یعنی اناٹومی۔ فزیالوجی۔ پیتھالوجی۔ بیکٹیریالوجی وغیرہ سائینس کی تمام شاخوں سے ماہر ہونے سے بیماری کی ماہیت و اسباب اور دوائی کی کیمیائی ترکیب و طریقِ اثر سے واقف ہو کر علاج کیا جاتا ہے ؞

اگرچہ یہ تمام طریقے انسانی دماغ کی ہی اختراع ہیں۔ لیکن تجربے کی کمی بیشی کا بڑا بھاری فرق ہے۔ کیونکہ زمانہ قدیم میں جبکہ تجربہ تو نہایت محدود تھا۔ بیکن کانٹا چبھنے یا ضرب لگنے سے درد کا ہونا قانون علت معلول سے واقفیت دے چکا تھا۔ اس لئے جہاں کہیں سبب کا نتیجے سے فوری تعلق ہوتا تھا۔ وہ تو طبعی قانون کا اظہار ہی سمجھا جاتا تھا۔ لیکن جہاں اِن کے درمیان دُور کا تعلق ہوتا تھا یا حدِ عقل میں نہیں سما سکتا تھا (بقیہ حاشیہ بر صفحہ نمبر ۱۰)

"مُکتی" کا سچا اظہار ہے:۔

خواہ علم و عمل میں یا زر و مال میں خوش ہیں
چیتن ہیں وہی مرد جو "ہر حال" میں خوش ہیں

اوم شم۔ تت ست برہم۔

(بقیہ حاشیہ صفحہ نمبر ۹) ایسے ہر ایک ناقابل فہم امر کو "فوق القدرت" طاقت سے منسوب کیا جاتا تھا۔ جس کے لئے بڑی بھاری وجہ یہ تھی۔ کہ خواب میں مُردوں وغیرہ کی خوفناک صورتوں کے حملہ کرنے کو دیکھ کر اُن کی "لطیف ہستی" میں یقین ہونا معمولی بات تھی۔ جب کسی خاص تشنجی مرض میں چہرہ کی عضلات کی کھینچ تان سے صورت بدلی یا بحالتِ دیوانگی مریض نے اپنی شخصیت کو فراموش کر کے غیر کی حیثیت سے ظاہر کیا۔ جھٹ کسی غیر طاقت کے اندر دخل پانے کا یقین ہو گیا۔ جیسے کہ تیر یا کسی قسم کا کیڑا جسم میں داخل ہو کر باعثِ مرض ہوتا ہے۔ نیز بیماری کو کرموں کا پھل سمجھنے سے بھی کسی "فوق القدرت" طاقت کی دست اندازی کا گمان گذرا۔ گو پہلے تو خاص وبائیں یا عصبی امراض ہی ان سے منسوب کئے گئے۔ لیکن بعدہٗ جب کوئی تکلیف خفیہ اسباب سے نمودار ہوئی وہ ہی جن بھوت سے منسوب کر دی گئی۔ خواہ زہریلی ہوا میں دم لینے سے ہو۔ خواہ کھانے میں کسی تیز زہر کی شمولیت یا کسی کیڑے وغیرہ کے ناواقفی میں جسم کے اندر داخل ہونے سے ہو۔ چنانچہ روایت ہے۔ کہ "اہلِ یاکت" (تبت) نے وبائے چیچک کے دوران میں جو ایک اونٹ کو پہلی دفعہ دیکھا۔ تو یہی سمجھے۔ کہ یہ بلاء انہی حضرت کی آمد کا نتیجہ ہے۔ لوہے کا مقناطیس کے باطنی اثر سے کھینچ جانا دیکھ کر کسی کا سایہ پڑ جانا یا نظر لگ جانا بھی باعثِ امراض قرار دیا گیا۔

جب بیماری کا سبب "فوق القدرت" تسلیم کیا گیا۔ تو اِس کے علاج میں بھی جادو وغیرہ اسی قسم کے طریقوں کا کام میں لایا جانا ضروری تھا۔ جو کہ چالاک اشخاص کے ہتھکنڈے تھے۔ گو بعض اوقات ہپناٹزم سے یا قدرتی طور پر ہی مریض اچھا ہو جاتا تھا۔ یا ممکن ہے برت رکھنا۔ اشنان کرنا۔ چندن لگانا۔ لوبان وغیرہ خاص اشیاء کی دھونی دینا۔ مالش کرنا یا خاص غذا کا استعمال (جس کی رسمی طور پر ہدایت ہوتی تھی) کسی حد تک مفید اثر رکھتے ہوں۔ لیکن عام طور پر توہمات کے زیر اثر ایسے عمل ہی کئے جاتے تھے۔ جن سے نظر نہ آنے والا دشمن دھمکی میں آ کر یا خوش ہو کر بیمار کے جسم سے نکل جائے۔ مثلاً زور سے چلانا۔ زبردست بندروں کے ناخن پہنانا۔ بیمار کو پیٹنا (بقیہ حاشیہ بر صفحہ نمبر ۱۱)

اوم

# دیباچہ

دنیا میں بہترین ہے جو شئے "اعتدال" ہے — اِس پر ہی عمل کرنے سے مِلتا کمال ہے
چیتن یہی ہے لوگ مِلے جس سے شانتی — گر یہ نہیں تو رنجدہ جاہ وجلال ہے

بیقیناً اِس امر میں تمام عالم کو اِتفاق ہوگا۔ کہ ساری مخلوق کی یہ خواہش ہے۔ کہ "ہم کو تمام دُکھ دُور ہو کر راحت دوامی حاصل ہو"۔ لیکن واقعات کے مطالعہ سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ ہزاروں میں سے شاذ و نادر ہی کوئی حصولِ مقصد میں کامیاب ہوتا ہے۔ چنانچہ عوام النّاس میں سے ایک گروہ تو زر۔ زن۔ زمین اور اولاد وغیرہ دیگر سامان بیرونی کا متلاشی ہے۔ اور دوسرا گروہ خیرات زہد۔ عبادت۔ ادویہ اور ادعیہ کے پیچھے لگ رہا ہے۔ جن میں سے اول الذکر

(القیہ حاشیہ صفحہ نمبر ۱) یعنی منتروں کا رٹنا یا قربانی کرنا منت ماننا وغیرہ ؛

"ایسٹرالوجی" اپنے ستاروں کے اثر کا خیال ان کی گردش سے لازمی تعلّق رکھنے والے مظہرات کو دیکھنے اور تمام کائنات میں ایک رُوح کی موجودگی تسلیم کرنے سے ہُوا۔ مثلاً سورج کی خاص جگہ ذیمرج آب وہوا۔ موسموں اور نباتات کا تعلق اور چاند سے کرّہ بادی کے خاص تغیرات اور جوار بھاٹا کا وابستہ ہونا دیکھ کر یہ قیاس دوڑایا جاسکتا ہے۔ کہ زمینی واقعات گردشِ آسمانی کے نتائج ہیں جن میں سے ہر ایک واقعہ خاص ستارے کی طاقت کا اثر ہے۔ گو پہلے بڑے بڑے واقعات مثلاً وبا۔ جنگ یا بادشاہ کی موت وغیرہ پر یہ اُصول عاید کیا۔ جن کے ساتھ ہی اتفاقیہ کوئی دُمدار ستارہ نمودار ہُوا۔ مگر بعدہٗ یہی قدم عام اور چھوٹے چھوٹے واقعات پر بڑھا لیا گیا ؛

تجربے کی ترقی کیساتھ ہی خیالات میں تبدیلی آنا اِس امر سے بھی ثابت ہے۔ کہ نہ صرف مختلف ممالک میں بلکہ مختلف اشخاص میں بھی ان کے عقلی تناسب سے ہی ہر جگہ توہمات کی کمی بیشی پائی جاتی ہے ؛

کا تو یہ خیال ہے۔ کہ یہ تمام سامان مطلوبہ موجب راحت ہیں۔ اور آخر الذکر اس زعم میں مبتلاء ہے۔ کہ یہ سب اعمال مجوزہ دافع کلفت ہیں۔ مگر ساری عمر کی لگاتار کوشش کے باوجود آخر کار ہر دو اپنے تئیں ویسے ہی محتاج محسوس کرتے ہیں۔ جیسے کہ شروع میں تھے یعنے گو کولہو کے بیل کیطرح خوب دل لگا کر منزل طے کرتے رہے۔ مگر آنکھیں کھلنے پر شام کو وہیں موجود پایا۔ جہانکہ صبح کو آغاز سفر کیا تھا

بل بے نادانی! کہ وقت مرگ یہ ثابت ہُوا　　خواب تھا جو کچھ کہ دیکھا جو سنا افسانہ تھا

اس میں شک نہیں۔ کہ اشیاء مذکورہ بالا کو حاصل کر کے ضروریات کا پورا کرنا اور بذریعہ اعمال مجوزہ کے تکالیف سے محفوظ رہنا راحت ابدی کے حصول کے سادھن ضرور ہیں۔ لیکن ان اشیاء کے حاصل کرنے یا اعمال مذکورہ بالا میں مصروف رہنے یعنے "سادھنوں" کو ہی "مقصد زندگی" سمجھ بیٹھنا جہالت باطن کا مظہر ہے۔ مثلاً روپیہ کو اس مطلب کے لئے کمانا کہ اس سے ضروریات زندگی کے مہیا کرنے میں بیقراری نہ ہو۔ اور لباس کا اس غرض کے لئے پہننا کہ اس سے جسم کی حفاظت ہوتی ہے۔ تو بیشک مبارک کام ہیں۔ لیکن اگر کوئی شخص روپیہ کے جمع کرنے میں ہی اپنی زندگی کو صرف کر دے۔ اور ضروریات زندگی کی طرف سے بالکل لاپرواہ رہے۔ اور یا کوئی سارا دن لباس کے بناؤ سنگار میں ہی ضایع کر دے۔ اور بیمار جسم کی خبر تک نہ لے۔ جس کی حفاظت کے لئے اس لباس کی ضرورت ہے تو انکی حالت واقعی قابل رحم ہے۔ کیونکہ بمصداق:-

خوردن برائے زیستن و کار کردن است　　تو معتقد کہ زیستن از بہر خوردن است

ایسے اصحاب شروع ہی سے راستہ غلط کر چکے ہیں۔ لہذا کبھی ممکن نہیں کہ منزل مقصود (راحت دوام) تک پہونچ سکیں

ترسم نہ رسی بکعبہ اے اعرابی　　کیں راہ کہ تو میروی رہ ترکستان است

علاوہ ازیں عام طور پر لوگ جن اشیاء اور اعمال کو موجب راحت اور دافعِ کلفت خیال کرتے ہیں۔ اکثر بغور دیکھنے پر معلوم ہوتا ہے ۔ کہ قانونِ علت و معلول یعنے علمِ حقیقت سے ناواقف ہونے کی وجہ سے وہ بھی دراصل ان کے خیال کے مخالف ہی اثر پیدا کرنے والے ہوتے ہیں۔

بقولیکہ :-

دردِ سر کیواسطے صندل کو کہتے ہیں مفید — اس کا گھسنا اور لگانا دردِ سر یہ بھی تو ہے

اس لئے جب مرض کا علاج ہی الٹا ہو رہا ہو۔ تو صحت کی امید کیونکر ہو سکتی ہے؟ نیز فضولیاتِ عالم میں راحت ڈھونڈنے کی عادت بنانے کیوجہ سے اِن لوگوں کی حالت دراصل مثل ان نشہ بازوں کے ہو جاتی ہے جو کہ رفتہ رفتہ افیون یا شراب وغیرہ کے استعمال کو بڑھا کر مزہ لیتے ہیں۔ اور انجام میں تکلیف اٹھاتے بلکہ جان تک کھو بیٹھتے ہیں۔ چنانچہ اکثر نہ صرف بہ لحاظ حالات عادات کو ہی نہ چھوڑ سکنے کیوجہ سے مبتلائے مصیبت ہوتے ہیں۔ بلکہ جس طرح شرابی آدمی دُور اندیشی کے وصف سے محروم ہونے کے کارن بچّوں کی طرح فوری لذّات کا دیوانہ ہو کر ان کے حصول کو ہی بہتر سمجھتا اور "کال" کا شکار رہتا ہے۔ ویسے ہی نفسانی راحتوں کے مستانے بغیر خیال معاصرانہ یعنے صرف اپنی ہی بہتری کو کافی سمجھنے کی وجہ سے "دیش" میں غریب الوطنی کے لئے مجبور ہوتے ہیں۔ اور اس وقت تک ماتا پرکرتی کے طمانچے برابر کھاتے رہتے ہیں۔ جب تک کہ کسی سچے گورو کے "اپدیش" سے اپنے "سچے دیش" کو دوبارہ حاصل کرنے کے صحیح طریقوں سے وقوف پاکر باقاعدہ کوشش سے کامیاب نہیں ہوتے :-

طائرِ ایم کز قضاء و قدر — اوفتادہ جدا از گلزاریم
مرغِ شاخِ درخت لاہوتیم — گوہرِ گنجِ دُرجِ اسراریم

ممکن ہے ناظرین کے دل میں یہ سوال پیدا ہو۔ کہ عوام النّاس کی غلطی کا سورو

اور اس کا کارن کیا ہے ؟ سو اس کا جواب یہ ہے ۔ کہ بجائے ہارمنی یعنے اعتدال کے افراط و تفریط اور بجائے پریم و اتحاد کے خود غرضی اور علیحدگی کی امراض میں مبتلا ہونا بالفاظ دیگر پرہم دیو پرماتما کی جگہ (جو کہ سنسار کے ذرے ذرے میں ایک رس ویاپک ہے) پرکرتی دیوی کے مظہرات (جو کہ لکشمی شکتی اور سرسوتی کی ترمورتی کے روپ میں جلوہ نما ہیں) کی اوپاسنا کرنا تو اس غلطی کا سوروپ ہے ۔ جس کے نتیجے میں ہر فرد و بشر بجائے سُکھ کے دُکھ پاتا اور سنسار میں سورگ کا نقشہ دیکھنے کے نرک کا جیون ونیت کرتا ہے ۔ اور دانش حقیقی کا نہ ہونا (یعنی یہ بھی نہ جاننا کہ انسان کو کیا جاننا چاہیئے ؟) اس غلطی کا پیدائشی کارن ہے ۔ گو "علم" کی بھوک سب میں پائی جاتی ہے ۔ لیکن چونکہ علم لامحدود ہے ۔ اور انسانی طاقتیں محدود ۔ اس لئے کوئی شخص تمام علم کو حاصل نہیں کر سکتا ۔ چنانچہ اسی لئے سب کچھ جاننا کسی ایک شخص کے لئے ضروری بھی نہیں ہاں البتہ کسی قدر ایسا علم ضرور ہے ۔ جس کا جاننا ہر ایک کے لئے نہایت ضروری ہے ۔ کیونکہ اس کے بغیر نہ صرف یہ خود آرام نہیں پا سکتا ۔ بلکہ اوروں کی بھی تکلیف کا باعث ہوتا ہے ۔ (مثلاً دھن ۔ تن اور من کے متعلقہ عام اور آتما کے متعلقہ خاص واقفیت جس کو منش دھرم کہا جا سکتا ہے) اس لئے ایسے علم سے ہر شخص کو ضرور ہی واقفیت حاصل کرنی چاہیئے ۔ اس کے علاوہ گو بعض علم کی صورتیں ایسی بھی ہیں ۔ جن سے خاص خاص اشخاص کو اچھی طرح واقف ہونا لازمی امر ہے ۔ مثلاً مختلف اصحاب کا اپنے اپنے پیشے کے مضامین سے واقفیت رکھنا جیسے وکیل کے لئے قانون اور ڈاکٹر کے لئے طبابت کی کتب کا مطالعہ کرنا ۔ لیکن علم کا یہ حصہ چونکہ منش ماتر کے لئے ضروری نہیں ۔ اس لئے اسکو منش دھرم نہیں ۔ بلکہ "ورن آشرم دھرم" کے نام سے موسوم کیا جا سکتا ہے ۔

پس علاوہ اول الذکر منش دھرم کے جو کہ ہر شخص کے لئے یکساں ضروری ہے۔ نوع انسان میں سے ہر خاص پیشہ ور گروہ کے لئے اِس اپنے متعلقہ ضروری علم سے واقفیت حاصل کرنا بھی ازبس ضروری ہے

لیکن جو شخص کسی ایسے علم کو حاصل کرنے میں وقت ضایع کرتا ہے۔ جس کا جاننا نہ تو ہر ایک کے لئے ضروری ہے۔ اور نہ ہی اس کے پیشے سے تعلق رکھتا ہے۔ وہ مذکورہ بالا "جاننے کے لائق علوم" سے اپنی اس غیر واجب حرکت کی نسبت سے محروم رہتا اور اپنی زندگی کو کامیاب اور مبارک بنانے میں حقیقی دانشمندوں سے پیچھے رہ جاتا ہے۔ اِس سے کیا حاصل ہے؟ کہ ہم بہت سے ایسے تاریک اور پوشیدہ امور پر بحث اور مناظرہ کریں۔ کہ جن سے اگر ہم بالکل جاہل رہیں۔ تو ہماری روحانیت یا زندگی کی کامیابی میں کسی قسم کا ہرج واقع نہ ہونے پائے۔ غرضیکہ ہماری یہ سخت نادانی ہے۔ کہ ہم ان چیزوں سے تو لاپرواہی کریں۔ جو ضروری اور فائدہ مند ہیں۔ اور ایسی باتوں میں لگے رہیں۔ جو عجیب و غریب اور نقصان دہ ہیں۔ اگر محض وقت کا ہی نقصان ہو۔ تو بھی کیا یہ کم نقصان ہے؟ افسوس! ہماری آنکھیں تو ہیں۔ مگر ہم دیکھتے نہیں۔ اور یہی نہ دیکھنا ہماری تمام تکالیف کا کارن ہے۔ اسی مضمون پر گورونانک دیو جی کا بچن ہے :-

ہے گھٹ میں سوجھت نہیں لعنت ایسی جند ٭ نانک اس سنسار کو بھیا موتیا بند

چونکہ ہر ایک زندگی کا قیام اعتدال پر، ترقی اتحاد پر اور آخری کامیابی نجات پر مبنی ہے۔ اِس لئے انسان کے لئے بھی انہی ہر سہ امور کی حقیقت سے آشنا ہونا دانش حقیقی یعنی "ستیہ گیان" کہا جا سکتا ہے۔ جس کو کہ شری بھگوتی نے پرم شانتی کا "لاثانی راستہ" بیان فرمایا ہے

اگرچہ اہلِ ہند میں آجکل ہر طرف "قومی اتحاد" کی ضرورت محسوس ہو رہی ہے۔ لیکن کامیابی کی کوئی صورت نظر نہیں آتی۔ وجہ کیا؟ بس

ہی کہ عوام الناس اس کی پہلی منزل یعنی اعتدال کے مفہوم سے ناواقف ہیں۔ کیونکہ پریم ہمیشہ ان اصحاب میں ہی ہوا کرتا ہے۔ جو کہ "برابر کی سطح پر کھڑے ہوں"۔ سو یہ شرط عوام کے صرف "اعتدال پرست" ہونے سے ہی پوری ہو سکتی ہے۔ جس کا مطلب کتاب ہذا میں بالتفصیل ظاہر کیا گیا ہے۔ چنانچہ اس کے بغور مطالعہ کرنے سے ہر شخص پر روشن ہو جائے گا۔ کہ انسان کو کس طرح سے پرکرتی کی تینوں شکتیوں کو ہم آہنگی کی صورت میں رکھ کر نشوونما کرنی چاہیئے؟ تاکہ اس کی "عملی آواز" (زبانِ حال) بجائے ایک قسم کا سمع خراشی کرنے والا شور معلوم ہونے کے ایک دلکش راگ کی صورت اختیار کرلے۔ اور قوم کی روحانی غذا (گیتا) کا کام دے سکے۔ کیونکہ جس طرح پلٹن میں صرف وہی شخص بطور سپاہی کے بھرتی کیا جاتا ہے۔ جس کے تمام اعضاء جسمانی صحیح اور یکساں نشوونما پائے ہوئے ہوں ویسے ہی سچے قومی خادموں کی فہرست میں صرف وہی شخص اپنا نام شامل کرانے کا مستحق ہوتا ہے۔ جو کہ مایا کے تینوں گنوں سے پار ہو کر پراکرت ترمورتی میں یکساں دلچسپی لیتا اور ان کی مناسب قدر کو سمجھتا ہے۔ ورنہ یکطرفہ کمال کرنے والے کی تو ویسی ہی صورت ہوتی ہے۔ جیسی کسی ہائیڈرو[1] کیفیلس۔ ایسائیٹیز یا ایلی فینٹا ئیسس کے مریض کی۔ جس کے دیگر اعضاء جسمانی کے بالمقابل کسی خاص عضو کا ناموزون طور پر بڑھنا بدشکل بنانے کے علاوہ اس کو کسی کارجنگی کے بھی ناقابل کر دیتا ہے۔ مطلب یہ کہ دھن تن اور من تینوں میں سے خواہ کسی کی افراط و تفریط ہو۔ نتیجہ بہرحال ناپسندیدہ ہوتا ہے۔ چنانچہ (۱) دھن (لکشمی پوجا) کے سمبندھ میں نہ صرف وہ لوگ ہی جو کہ نالایق۔ نکھٹو یا جھوٹے ویراگی ہونے سے اپنی ضروریات جسمانی کے

[1] خاص امراض کے نام ہیں۔ جن میں سر۔ پیٹ یا ٹانگ میں اندرونی رطوبت جمع ہو کر خاص قسم کی بدوضعی کا باعث ہوتی ہے ؎

پورا کرنے پر قادر نہیں۔ دوسروں کے دست نگر ہونے کے کارن سمہ انکول بھوجن آدی نہ کر سکنے کیوجہ سے روگی ہونے اور بھوک وغیرہ کی شدت سے تنگ آکر غیروں کے قابو آتے یعنی مذہب اور قوم سے پتت (غدار) ہوتے دیکھے جاتے ہیں۔ بلکہ برخلاف ان کے ایسے اصحاب بھی جو کہ حد سے زیادہ لالچی ہونے کی وجہ سے دن رات روپیہ جمع کرنے کی ہی دُھن میں مست رہتے ہیں۔ شریر کی طرف سے لاپرواہی کرنے کی بدولت بیمار ہوتے اور اپنی نفسانی خواہش کو ناجائز طور پر پورا کرنے کے خیال سے دھرم سے بیمکھ ہوتے پائے جاتے ہیں۔ جس سے ثابت ہوتا ہے۔ کہ دھن کی دونوں صورتیں یعنی افراط و تفریط تن اور من پر مضر اثر پیدا کرتی ہیں *

(۲) تن (شکتی پوجا) کے سمبندھ میں نہ صرف ایسے اصحاب ہی جو کہ قوانین حفظانِ صحت کی ناواقفی اور افلاس یا کاہلی اور نفسانی جذبات کے زیر اثر آنے کیوجہ سے مختلف قسم کی امراض کا شکار ہوتے ہیں۔ کمانے کے ناقابل اور خرچ کی زیادتی کے لئے مجبور ہونے کیوجہ سے دھن ہین۔ اور "بیمار جسم میں بیمار من" کے ہونے کی بدولت انسانیت سے گرے ہوئے کرم کرتے ہوئے دیکھے جاتے ہیں۔ بلکہ ان کے بالمقابل دوسری طرف ایسے اشخاص بھی جو کہ ہر وقت جسمانی درستی کے ہی فکر میں مدہوش رہتے اور پہلوانوں کیطرح جسمانی طاقت بڑھانے کا ہی پیشہ اختیار کر لیتے ہیں۔ "قانونِ معاوضہ" (لاء آف کمپنسیشن) کے زیر تحت ہونے سے جیون کے سنگرام میں حماقت اور بد اخلاقی کی زندہ تصویروں کا نقشہ دکھاتے اور دولتمندوں کی آنکھ کے اشارے پر پتلی کی طرح حرکت کرتے نظر آتے ہیں۔ کیونکہ جس طرح کال کے منظہرات دن اور رات میں کسی ایک کے بڑھنے پر دوسرے کا چھوٹا ہونا لازمی ہے۔ ویسے ہی جیون شکتی (جو کہ تن اور من کیصورت میں محدود بن ظاہر کرتی ہے) کا حال ہے۔ چنانچہ جو طالب علم کھیل کود یا جسمانی عیش و عشرت میں بکثرت مصروف رہتے ہیں۔ دماغی قابلیت

میں اپنے ہمعصروں سے بہت پیچھے رہ جاتے ہیں۔ اور برخلاف ان کے جو دن رات پڑھنے ہی کا دھیان رکھتے ہیں۔ وہ کمزور اور نحیف البدن ہو کر تپ دق جیسی امراض کا شکار ہوتے دیکھے جاتے ہیں *

(۳) من (سرسوتی پوجا) کے سمبندھ میں نہ صرف وہ اصحاب ہی جو کہ بد صحبت وغیرہ حالات کی ناموافقت یا جذبات کی غلامی کے باعث مانسک شکتیوں کی نشو و نما سے قاصر رہتے ہیں۔ اپنی تباہی اپنے ہاتھوں کرتے اور قوم کے لئے نادان دوست کا کام دیتے مشاہدہ میں آتے ہیں۔ بلکہ ایسے شدھ آتما اور اعلےٰ دماغ بھی جو کہ ہر وقت نروکلپ سمادھی میں چت لگاتے اور دن رات فلسفہ کی اُلجھنوں کے سُلجھانے میں ہی وقت گنواتے ہیں۔ اگر ایک طرف اپنے لئے افلاس اور کمزوری یا بیماری کا جیون ونیت کرنے کا انتظام کرتے ہیں۔ تو دوسری طرف قوم کے نقطۂ نگاہ سے بھی عضو معطل کی طرح ایسے مفید ثابت نہیں ہوتے۔ جیسے کہ "کرم یوگی" اصحاب کا معاملہ ہوتا ہے *

مطلب مختصر یہ کہ گو باغیچۂ دنیا کے لئے پھولوں کی طرح بہار و خزاں کی فصلوں میں سے گذرنا یعنی عالمِ کثرت (افراط و تفریط) کا نظارہ خوبصورتی کا باعث ہو۔ بقول شاعر ؎

گلہائے رنگ رنگ سے ہے رونقِ چمن * ہے ذوق اس جہان کو زیب اختلاف سے

مگر ہر موسم میں سر سبز رہنے یعنی بہارِ بیخزاں کے طالبوں کے لئے تو سرو آزاد (معتدل مزاج) کیصورت ہی اختیار کرنا مفید پہلو ہے :- ؎

دریں چمن سرِ سبز آں برہنہ پا دارد * کہ چار موسم چوں سرو یک قبا دارد۔

اِس لئے ضروری ہے۔ کہ ہر فرد بشر نہ صرف دھن کمانے کے ہی عام اصولوں سے آشنا ہو جس سے ضروریات جسمانی بآسانی پوری کر سکے۔ بلکہ قوانین حفظانِ صحت سے بھی بخوبی واقفیت رکھتا ہو۔ تا کہ "سواستھ رکشا" کے دھرم سے بھی پتت نہ ہو۔ ورنہ جس طرح گھڑی سازی کے ہنر سے ناواقف

لڑکے سے گھڑی کی مرمت کرتے وقت اس کا بگڑ جانا تو یقینی امر ہے۔ البتہ درست ہو جانا باعث تعجب ہو سکتا ہے۔ ویسے ہی قوانین صحت سے بعلم آدمی کے ہاتھوں جسم جیسی نازک اور پیچیدہ مشین کا کھانے پینے وغیرہ کی غلطی سے آج یا کل بصورت بیماری بگڑ جانا تو معمولی بات ہوگی۔ ہاں البتہ اگر ہمیشہ کے لئے تندرست رہے۔ تو ضرور آشچریہ کا کارن ہو سکتا ہے۔ ان دونوں امور کی تکمیل کے بعد جو وقت اور شکتی باقی رہے۔ وہ ساری کی ساری مانسک شکتیوں کی ترقی میں خرچ کرنی چاہئے۔ کیونکہ انسان کا اشرف المخلوقات ہونا صرف اسی امر پر مبنی ہے۔ بقولیکہ:۔

کھانا سونا بھوگنا یہ پشو پورش سمان

پورش گیان سنج ادھکتا گیان بنا پشو جان

چنانچہ ایک درشٹانت سے اس کی وضاحت کی جاتی ہے:۔

ایک امیر شخص کے تین ہم جلیس تھے۔ جن میں سے ایک سے تو وہ بہت ہی پریم کرتا تھا۔ یعنی دن رات اسی کی صحبت میں مشغول رہنا اپنی زندگی کا مقصدِ اعلےٰ سمجھتا تھا۔ دوسرے سے اس کی نسبت کم پیار کرتا تھا۔ مگر پھر بھی دن میں دو تین گھنٹے اس کی طرف رجوع کرتا تھا۔ لیکن تیسرے سے بہت ہی کم متوجہ ہوتا۔ حتےٰ کہ ہفتے عشرہ میں کہیں یک آدھ دفعہ بات چیت کرتا۔ ورنہ عام طور پر اس کی طرف سے اوداسین ہی رہتا تھا۔ چند سال اسی طرح گذر جانے پر اتفاق سے وہ امیر ایک فوجداری مقدمے میں ملزم قرار دیا گیا۔ اور اس کو عدالت میں حاضر ہو کر اپنی صفائی کے گواہ پیش کرنے کے لئے وارنٹ جاری ہو گئے۔ اس واقعہ پر اس نے سب سے پہلے اپنے پرم پیارے جلیس سے مدد کی درخواست کی۔ لیکن اس بیوفا نے طوطا چشمی سے صاف جواب دیدیا اور کہا "جناب! بندہ یہاں تو ہر طرح سے آپ کی خدمت کرنے کو تیار ہے۔ لیکن عدالت

میں آپ کے ساتھ نہیں جا سکتا"۔ اِس بے اعتنائی کے سلوک سے پشیمان ہو کر اس نے دوسرے سے اِلتجا کی۔ جس پر اُس نے کہا "مہاراج! گو عدالت کے برآمدے تک تو یہ نیاز مند آپ کے ہمرکاب رہیگا۔ لیکن مجسٹریٹ کے سامنے نہیں ہو سکتا"۔ اِس سے بھی جب مایوسی نصیب ہوئی۔ تو آخر تیسرے جلیس سے عرض کی۔ جس کے جواب میں اُس نے خوب حوصلہ بندھوایا۔ اور بولا "خداوند! عدالت میں جانا تو درکنار۔ اگر ضرورت ہو۔ تو آپ کے پسینے کی جگہ خون بہانے کو تیار ہوں"۔ اِس تسلی بخش جواب کو سُن کر اس کی جان میں جان آئی۔ چنانچہ تاریخ حاضری پر اُس نے ہُو بہُو وہی تماشا دیکھا۔ یعنی وہ عزیز جس کو وہ جان سے بڑھ کر پیار کرتا تھا۔ گھر کی دہلیز سے بھی اس کے ساتھ باہر نہ نکلا۔ اور وہ دُوسرا جس پر دن میں دو چار دفعہ خاص اوقات پر اظہارِ محبت کیا جاتا تھا اگرچہ گھر سے تو باہر چل پڑا۔ لیکن عدالت کے کمرے سے باہر ہی رہا۔ مگر تیسرے نے جس پر کہ شاذ و نادر نظرِ التفات کی جاتی تھی۔ اندر جا کر حاکم کے سامنے پوری صفائی کے بیانات دیئے۔ قصہ کوتاہ ملزم بری ہو کر گھر واپس آیا۔ تو سوال پیدا ہوا۔ کہ اب پریم کا سچا ادھکاری کون ہے؟ جواب صاف تھا۔ کہ جو مصیبت کے وقت کام آیا:۔

دھیرج دھرم مِتر اور ناری ۔۔۔ آپت کال پرکھیئے چاری

اب اِس مثال کو ہر شخص اپنی ذات پر عاید کر کے دیکھے۔ تو معلوم ہو۔ کہ دھن تن اور من ہر فردِ بشر کے ہم جلیس ہیں۔ جن میں سے عام طور پر وہ دھن سے تو حد سے زیادہ دلچسپی لیتا ہے۔ اور تن سے کھانے پینے وغیرہ کے خاص اوقات میں۔ سب سے کم رغبت من کیطرف ظاہر کی جاتی ہے جس کی تربیت کے سادھنوں کے لئے شاذ و نادر ہی فرصت ملتی ہے۔ لیکن جب کال آتا ہے۔ تو دھن تو گھر ہی میں مقفل رہ جاتا ہے۔ تن شمشان بھومی تک ساتھ دیتا ہے۔ وہ صرف من ہی ہے۔ جو کہ دھرم راج کی حضوری میں کرموں

کی صفائی کی شہادت دے کر دوبارہ مناسب جنم دلاتا ہے۔ اِس کے بعد ہر صاحب عقل کے سامنے یہ سوال آنا لازمی ہے۔ کہ اب وہ تینوں میں سے کس سے زیادہ تر پریم کا اظہار کرے؟ اس سے یہ مطلب ہرگز نہیں۔ کہ دھن اور تن کا خیال ہی چھوڑ دے۔ بلکہ جس طرح باوجودیکہ ایک عالیشان عمارت میں پاخانے کے لئے ایک خاص کمرہ مقرر کیا جاتا ہے۔ اور "جاءِ ضرور" کا بھی اسی کو نام دیا جاتا ہے۔ تاہم اس کا اِستعمال صرف حدِ ضرورت تک ہی ہوتا ہے۔ ویسے ہی جیون یاترا میں ان دونو ضروری اشیاء کا درجہ ہے۔ یعنی دھن کی تو وہیں تک خواہش کی جائے۔ جہاں تک کہ وہ ضروریات جسمانی کے پورا کرنے میں کام آسکے۔ اِس سے زیادہ دلچسپی لینا گویا "سنہری بُت" کی پوجا میں بے بہا زندگی کا ضائع کرنا ہے۔ اور تن کا صرف اِتنا خیال رکھا جائے کہ یہ صحت کی حالت میں رہے۔ اِس سے زیادہ توجّہ دینا نہ صرف آقا کے گھوڑے کی غلامی کرنے سے ہی مشابہت رکھتا ہے۔ بلکہ فضلات کے تھیلے کی پُوجا کہی جاسکتی ہے۔ باقی تمام وقت مالنسک شکتیوں کی ترقی کے لئے صرف کیا جائے۔ یہی سچّا اِعتدال اور اِنسانی موزونیّت ہے۔ جس پر کہ اِس کی دائمی راحت کا اِنحصار ہے۔

اسی مضمون کو اوپنشدوں میں اگر فلسفیانہ طور پر ظاہر فرمایا ہے۔ تو پورانوں کا طریقِ اظہار شاعرانہ ہے۔ یعنی مطلب دونوں کا یہ ہے۔ کہ دھن تن اور من ہر سہ امور میں منش اِعتدال (سمتا) سے کام لے۔ چنانچہ اوپنشد جہاں صاف الفاظ میں "سم درشی" ہونے پر زور دیتے ہیں۔ وہاں پوران ان میں سے کسی ایک شکتی پر حد سے زیادہ توجّہ دینے کی تکالیف کو لطیف تصاویر کی صورت میں پیش کرتے ہیں۔ جس سے مقصد بالکل وہی ہے۔ لیکن چشمِ بصیرت کے نقص کی وجہ سے ہندو قوم کا اکثر ایک حصّہ اوپنشدوں کو مخزنِ صداقت تسلیم کرتے ہوئے

پورانوں کی تعلیم سے متنفر ہے۔ وہاں دوسرا گروہ پورانوں کی تقدیس پر زور دیتے ہوئے اونپشدوں کی کتھا سُننے سے پنبہ بگوش ہو رہا ہے۔ حالانکہ اپنے اپنے عمل کی بدولت حقیقتِ حال سے دونو اپنی بیخبری کا ثبوت دیتے ہیں۔ جیسے کہ ایک راجہ کی نسبت روایت ہے کہ اس نے ایک نوتعلیمیافتہ جوتشی کو اپنے بیٹے کی جنم پتری دکھا کر اس کی عمر کی بابت دریافت کیا۔ تو اُس کے یہ کہنے پر کہ "مہاراج! اس بچے کی تھوڑی سی آیو گذرنے پر ہی ماتا پتا کا دیہانت ہو جائیگا"۔ غصے سے اس کو نکلوا دیا۔ لیکن دوسرے روز جب اس کے بوڑھے باپ نے آ کر مین میکھ وغیرہ شمار کر کے کہا۔ کہ "مہاراج! آپ کا پُتر بڑا بھاگوان ہے۔ اپنے کٹنب میں سب سے دیرگھ آیو والا ہے"۔ تو خوش ہو کر اس کو انعام سے مالا مال کر دیا۔ اب اہل عقل خیال فرما سکتے ہیں کہ چونکہ مطلب دونوں باتوں کا ایک ہی ہے۔ اس لئے اس اختلاف سلوک سے سوائے راجہ کے بھولا پن کے اور کیا ظاہر ہوتا ہے؟ تقریباً ایسا ہی معاملہ اونپشدوں اور پورانوں کے ساتھ عوام النّاس کا ہے۔ یعنی اگرچہ دو جوتشیوں کی طرح اِن کے طرزِ بیان میں اختلاف ہے۔ لیکن حقیقت کی ایکتا میں کوئی کلام نہیں۔ جیسا کہ آگے چل کر ظاہر کیا جائیگا۔ مگر بل بے نادانی! کہ گھونگھٹ (الفاظ) کی رنگت (بندش) ہر ہی چہرے (معنے) کی خوبی و خرابی کا فیصلہ کر دیا۔ حالانکہ سیاہ جالی دار دوپٹہ نہ صرف معشوقوں کے جلوہ حُسن کے لئے ہی سجاوٹ (النکار) کا کام دیتا ہے۔ بلکہ ایسے نظارے سے عاشق مزاجوں کی لذّتِ عشق بھی دوبالا ہوتی ہے۔ لقولیکہ

[1] اہلِ حقیقت کا کلام ہے۔ کہ ہر ایک شے میں ذاتِ حق کی ایک "خاص خوبی" کا اظہار ہو رہا ہے۔ لیکن اُسے ایسے دیکھنا چاہیئے۔ "جیسی کہ وہ ہے"۔ "نہ کہ جیسی ہم اُسے چاہتے ہیں"۔ کیونکہ فوکس (نقطۂ نگاہ) غلط کرنے پر تو ہر ایک شے خراب صورت میں نظر آتی ہے۔ اس لئے "فوکس" کی درستی کرنے میں خاص احتیاط چاہیئے +

کیونکہ کرشن روپی سالونری سکھی کی یاد دلاکر محویت اور وجد کی حالت پیدا کرنے کا کارن ہوتا ہے "

مطلب مختصر یہ کہ اس علمی روشنی کے زمانے میں ایسا تو شاید ہی کوئی شخص ہو۔ جو کہ اپنے تئیں ودوان کہلاتے ہوئے پراچین آرین فلاسوفی کے کوزہ میں بند سمندر" یعنے اونپشدوں کے پوتّر نام سے ناواقف ہو۔ جن کی تعریف میں نہ صرف داراشکوہ وغیرہ غیر مذہب کے ہندوستانی ہی بلکہ جرمنی کے فاضل فلاسفر شوپنہار و میکسمولر اور امریکہ کے عالم کامل ایمرسن وغیرہ بھی رطب اللسان ہو چکے ہیں۔ نیز نہ صرف مروّجہ مذاہب کے موجدان ہی بلکہ موجودہ مذاہب کے عام سربرآوردگان بھی اپنے مذاہب کی تعلیم کو عقلی طور پر سچّا ثابت کرنے کے لئے ان ہی کی شرن لیتے ہیں۔ چنانچہ اسی لئے ان کے اعلےٰ ترین روحانی خیالات کو مدّنظر رکھ کر آریہ دھرم کے پیروکار اور سناتن دھرم کے جان نثار جس قدر بھی اس بے بہا میراث پر فخر کریں حق بجانب ہیں۔ لیکن اس کے یہ معنے نہیں ہونے چاہئیں کہ بیچارے پوران جو کہ ضرورت زمانہ کے لحاظ سے عوام الناس کی عقلی سطح کو نچلے طبقے کی دیکھ کر اس کے مناسب تعلیم کو مہیا کرنے کے باعث (جو کہ شاعرانہ استعارات کی صورت میں ذومعنی ہے) صرف اغیار کی ہی طرف سے آماجگاہِ ملامت بننے پر صبر کریں۔ بلکہ اپنے مصنفوں کی اولاد کے سلوک سے بھی تنگ آ کر یہ کہنے پر مجبور ہوں :-

دوستوں سے اس قدر صدمے اُٹھائے جان پر
دشمنوں کی بھی عداوت کا گلہ جاتا رہا

اس لئے ضرورت ہے۔ کہ سنسکرت کے ودوان ان علمی سمندروں کی تہ سے تاریخی واقعات اور اخلاقی صداقتوں وغیرہ کے موتی نکالیں۔

جن کے پہلنے پر ہندو دھرم[1] کی دیوی پھر اپنے حسنِ عالمتاب کی ویسی ہی بہار دکھاوے۔ جیسی کہ مہابھارت سے پہلے بھارت کے زمانہ عروج میں دکھا چکی ہے۔

راقم کے خیال میں اگر اوپنشدوں کی تعلیم وحدت کو ایک جملے میں یوں کہا جائے۔ کہ "ہر شے کا اعتدال اچھا ہے" تو پورانوں[2] کی تثلیث

---

[1] "ہندو دہرم" وہی ہے۔ جو کہ اپنے گیان کا انحصار "رب" (ذاتِ حق) پر ویسے ہی رکھتا ہے جیسے کہ اِندو یعنی چندرماں اپنے پرکاش کا روی یعنی سوریہ پر ع کہ از مہر پرتو بود ماہ را۔ "ہندو" کا "اِندو" سے اور "رب" کا "روی" سے لفظی تعلق صاف عیاں ہے۔ اس لئے زیادہ وضاحت کی ضرورت نہیں۔ علاوہ ازیں اہل یوروپ کا ہندوؤں کو "انڈین" کہنا بھی ان کے "اِندو" سے مشابہت رکھنے پر ہی دلالت کرتا ہے۔

[2] پورانک کتھاؤں میں اگر ایسے ہی مخرب اخلاق قصے ہوتے۔ جیسے کہ بعض نئی روشنی والے اصحاب کا خیال ہے۔ تو ہرگز یہ ممکن نہیں ہو سکتا تھا۔ کہ اوپنشد ودیا کے جاننے اور ویدک گرنتھوں کے ماننے والے ان کے مضامین کو اس قدر تقدیس کا درجہ دیتے کہ اتہاس پوران کو پانچواں وید بیان کیا جاتا۔ اس لئے یقین کرنا پڑتا ہے۔ کہ ان میں ضرور کوئی نہ کوئی مفید مطلب راز ہونگے۔ گو حیرت انگیز معموں کی صورت میں ظاہر کئے گئے ہوں۔ مثال کے طور پر ایک کہانی کی باطنی رموز ظاہر کی جاتی ہیں جس میں یہ بیان کیا گیا ہے۔ کہ "برہسپتی جی کی استری سے ان کے ششیہ (چیلے) چندرماں نے گورو کی غیر حاضری میں ناجائز تعلق پیدا کیا۔ جس سے بدھ کی پیدایش ہوئی" اگرچہ بظاہر یہ مضمون ازحد مکروہ معلوم ہوتا ہے۔ لیکن جو اصحاب "کہہ مکرنیوں" یا خسرو وغیرہ شاعروں کے کلام سے واقف ہیں۔ وہ بآسانی خیال کر سکتے ہیں۔ کہ جب اردو۔ فارسی جیسی ناقص زبانوں میں صنایع لفظی سے پُر اور ذو معنی لطیفے بیان کئے جا سکتے ہیں۔ تو سنسکرت بانی جو کہ اپنی لفظی اور معنوی خوبیوں سے اعلےٰ درجہ کی رسیلی اور سب سے ممتاز درجہ رکھتی ہے۔ کیا اس کے ودوانوں نے اپنی جولانی طبع کے جوہر ایسی صورت میں نہ دکھلائے ہوں گے۔ جو کہ اہل علم کی زندہ دلی اور اعلےٰ مذاق کے مظہر ہوں؟ کیونکہ فطرت انسانی تو آخر

اِس کے مقابلے میں یوں بیان کی جاسکتی ہے۔ کہ "دھن۔ تن اور من کی طاقتوں میں سے کسی کے حاصل کرنے میں بھی افراط و تفریط سے کام لینا بُرا ہے"۔ گویا سوائے طرزِ بیان کے (جو کہ حالاتِ زمانہ کا نتیجہ کہا جا سکتا ہے) اور ان میں کچھ فرق نہیں۔ چنانچہ اِس دعوے کا ثبوت آپ کو ذیل کے چند اوراق کے مطالعہ سے

(بقیہ حاشیہ صفحہ نمبر ۲۴) ہر مختلف صورت میں اپنا اظہار ایک ہی طرح پر کرتی ہے۔ ہاں البتہ یہ بات ضرور ہے۔ کہ انہوں نے ایسی حالت میں بھی "ستیہ گیان" کو نظر انداز نہیں کیا ہوگا۔ جو کہ دھارِک پورشوں کا خاصہ ہے۔ جیسے کوئی بھگوت بھگت تعریف اپنی مجازی معشوقہ کی آنکھ کی کرتا ہے۔ تو بھی بھگوان کے اوتاروں کے ہی گُنا نواد گاتا ہے۔ بقولیکہ ؎

مچھ سم کتر لھرات اگُرت درکچھ بھات بادن سے چھلبلیں کو نشچے کر ہیرے ہیں
شانت نہ نہارین ہیہ بھاڑیں باراہ سم اڑبین کو پرسرام بھرت ناہیں پھیرے ہیں
تیکشن نرسنگھ کدوں بودھ ابلو کوئے کوتا موے کو راگھو یہ گوال چپت میرے ہیں
موہو یکو موہن کلنک بن نیہہ کلنک دسوں اوتار کدھوں پیاری نین تیرے ہیں

اسی طرح پر بغور دیکھا جائے۔ تو مندرجہ بالا کہانی میں بھی علاوہ اُن "ادھی بھوتک" معنوں کے (جو کہ استھول درشٹی رکھنے والے سروسادھارن کو پرتیت ہوتے ہیں) "ادھی دیوک" اور "ادھیا تمک" ارتھ مخفی پائے جاتے ہیں۔ چنانچہ (اوّلاً) برہسپتی سے مراد سُوریہ سے ہے۔ جو کہ نظام شمسی کے تمام گُروں کا پرکاشک ہونے سے دیوتاؤں (دو یعنی روشن ستاروں) کا گورو کہا گیا ہے۔ اِسی سے روشنی پانے کی وجہ سے چندرماں کو اس کا ششش قرار دیا ہے۔ موسم گرما میں جبکہ سوریہ اپنی تیزی کا مظہر ہوتا ہے۔ تو "روہنی" نامی ایک ستارہ اِس کے قریب ہوتا ہے۔ اس لئے اس کو گورو کی استری کے نام سے بیان کیا ہے۔ چونکہ سردیوں میں وہ ستارہ سوریہ کے (دکشائن) کے کارن دور ہونے پر چندرماں کے قریب معلوم ہوتا ہے۔ اور انہی ایام میں ان کے نزدیک ایک اور ستارے بُدھ نامی کا بھی ظہور ہوتا ہے۔ اِس لئے النکار بھاشا میں یہ لفظی بندش موزون کی گئی۔ کہ چندرماں اور روہنی کے ملاپ سے بُدھ پیدا ہوا۔ (۲) مالنکاب پہلو سے اس کتھا کے یہ معنے ہیں۔ کہ برہسپتی (برہم = بانی + پتی = مالک) یعنی قوتِ تقریر (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۲۶)

ملیگا۔ جس پر غور کرنے کے بعد اغلب ہے۔ کہ اہلِ تحقیق ہمچو دیگر مسائل کے اختلاف کو بھی ضروریاتِ زمانہ کے لحاظ سے پبلک کے مفیدِ مطلب مضامین کی روشنی میں دیکھتے ہوئے جزوی اختلافات کو نظر انداز کر کے بجائے باہمی

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۵) پر قادر جو گورو ہے۔ وہ اپنی پیاری "برہم ودیا" کو شش کے سپرد کرتا ہے۔ چونکہ یہ بھی اس سے گورو ہی کی طرح پریم کرتا ہے۔ اِس سے اس کے اندر بُدھ یعنی گیان پیدا ہوتا ہے ؛

اب ناظرین خیال فرما سکتے ہیں۔ کہ کیا اس قسم کے مضامین رکھنے والے گرنتھ "قابلِ تحقیقات" کہنے چاہئیں یا "قابلِ نفرت"؟ ورنہ کہنے کو تو ویدوں کی نسبت بھی اکثر اصحاب (ان کے مطالعہ کا استحقاق حاصل کئے بغیر) ایسی ہی کھلی اڑاتے اور اُن کو وحشیانہ زمانے کی یادگار بناتے ہیں۔ لیکن کیا اگر اندھے کو سورج نظر نہ آئے۔ تو یہ اس کا قصور ہے؟

؎ گر نہ بیند بروز شپرہ چشم ؛ چشمۂ آفتاب را چہ گناہ ۔ ممکن ہے۔ بعض اصحاب کو سوال ہو۔ کہ ویدوں کے مطالعہ کا ادھکار کس کو ہوتا ہے؟ ان کے جواب میں یہ عرض ہے۔ کہ جس طرح کائنات کا گیان حاصل کرنے کے لئے چھ حواس (آنکھ۔ کان۔ ناک۔ زبان۔ جلد۔ عضلات) کی ضرورت ہوتی ہے۔ ویسے ہی ویدک گرنتھوں کے لئے "چھ انگ" بیان کئے گئے ہیں (۱) سیکشا = ویدک تحریر کے حروفِ تہجی (۲) نروکت = ویدک الفاظ کے معنے (لغات) (۳) ویاکرن = ویدک صرف و نحو (۴) چھند = علم عروض والنکار ودیا (۵) کلپ = زمانے کا مظہر ہونے سے مالسناک ودیا (میٹافزکس) پر دلالت کرتا ہے۔ جس کے مظہرات "کال" میں ہوتے ہیں۔ چنانچہ نہ صرف "من" کا سوروپ ہی سنکلپ وکلپ کہا گیا ہے۔ بلکہ "کل" شبد بہ لحاظ زمانے کے اگر گذشتہ اور آیندہ دن کے معنوں میں آتا ہے۔ تو من کی شانتی کیلئے بھی بولا جاتا ہے۔ لقولیکہ ع میں وہ قلب مضطرب ہوں جسے کل سے کل نہ آئے (۶) جیوتش نظام شمسی کا مظہر ہونے سے بیرونی اشیاء کے علوم (فزیکل سائنیس) پر دلالت کرتا ہے۔ جو کہ "دیش" میں قیام پاتی ہیں + مطلب مختصر یہ کہ نہ صرف سنسکرت زبان کی لغات و قواعد وغیرہ سے ہی واقف ہونے پر انسان ویدک گرنتھوں کا مفہوم (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۲۷)

کشمکش کے رشتۂ اتحاد سے بندھ کر قومی ترقی کا باعث ہونگے - اور نوعِ انسان کی بہتری کے خیال سے ایسا عمل کرتے ہوئے مصنّف کی محنت کے سپھل کرنے میں امداد سے مشکور فرما دیں گے ۰ اوم شم ۰

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۶) سمجھ سکتا ہے - بلکہ ظاہری باطنی علوم یعنی دیش کال وستو کا پورا گیان گویا سائینس کی مختلف شاخوں سے واقف ہونا بھی اس کے لئے لازمی ہے - چنانچہ واقعات بھی اس امر کی شہادت دیتے ہیں - کہ جوں جوں جیالوجی وغیرہ سائینس کی مختلف شاخیں ترقی پاتی جاتی ہیں - تیوں تیوں ویدوں کے کئی ایک ایسے منتر بھی حل ہوتے معلوم ہوتے ہیں - جو کہ پہلے بعید القیاس مضمون سے پُر معلوم ہوتے تھے - جیسا کہ مسٹر تلک کی تصنیف "دی آرکٹک ہوم اِن دی ویداز" سے ظاہر ہوتا ہے ۰

اوم

# فلسفۂ اعتدال

پیشتر اس کے کہ نش جیون کے "اتحاد ثلاثہ" لیعنے تینوں شکتیوں کے باہمی اعتدال کی عملی حقیقت کا تفصیلاً اظہار کیا جاوے۔ یہ بہتر معلوم ہوتا ہے۔ کہ مجمل طور پر اس کی عام تعریف کر دی جائے۔ تاکہ ناظرین کے بخوبی ذہن نشین ہو سکے۔ کہ "اعتدال سے اصلی مراد کیا ہے؟

**اعتدال کی تعریف** یاد رہے۔ کہ دنیا میں ہر ایک فضیلت کے ساتھ (خواہ وہ شخصی ہو یا قومی) بلحاظ اوصاف و مقدار کے دو رذیلتیں پہلو بہ پہلو رہتی ہیں۔ ایک زیادتی کی طرف جس کو "افراط" کہتے ہیں۔ دوسری کمی کی طرف جو "تفریط" کے نام سے موسوم ہوتی ہے۔ اِن دونوں کی درمیانی حالت لیعنے فضیلت کو "اعتدال" کا نام دیا جاتا ہے۔ مثلاً بواہ سنسکار کے موقع پر اگر اپنی حیثیت سے زیادہ روپیہ خرچ کیا جائے۔ یا نامناسب امور (آتشبازی یا طوائفوں کے مجرے وغیرہ) پر ضایع کیا جائے۔ تو فضول خرچی کہی جائے گی۔ اور اگر اپنی حیثیت سے کم خرچ کیا جائے۔ یا مناسب موقعوں (پروہت یا قومی تعلیمگاہوں کو دان وغیرہ) پر سنکوچ کیا جائے۔ تو کنجوسی کہلائے گی۔ سو یہ دونو رذیلتیں ہیں۔ ان کے درمیان لیعنے حسب حیثیت اور ٹھیک ٹھیک جگہ پر روپیہ کا استعمال کرنا کفایت شعاری نامی فضیلت ہے۔ اِس کو "اعتدال" کہتے ہیں۔ اسی طرح شجاعت یعنی بہادری ایک فضیلت ہے۔ جو کہ حد سے بڑھنے لیعنے اندھا دھند مردانگی دکھانے پر "تہور" اور دھرم یدھ سے بھاگ جانے یعنی کمی کی طرف جھکنے سے بزدلی یا نامردی کا نام پاتی ہے۔ یا

آزادیؔ (فعل۔ قول یا خیال کی) ایک فضیلت ہے۔ جو کہ (خواہ مذہبی اور ملکی ہو یا رسم و رواج کی) اپنی شخصیت یا قومیت کی حدود سے بڑھ کر دوسرے اشخاص یا قوموں کی آزادی میں رخنہ انداز ہونے پر بے لگامی یا ڈاکو پن (جس کو انگریزی میں "لائسنس" یا "انارکی" کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے) اور کمی کیطرف مایل ہو کر اطاعت اختیار کرنے پر غلامی کے نام سے موسوم

ؔ موکش کے سادھن جاننے والوں نے نوع انسان کو انہی دو رذائل سے محفوظ رکھنے کیلئے شاہراہ زندگی کے دونو طرف فرائض اور حقوق کی تاریں لگا دی ہیں۔ تاکہ ایک کی بدولت اگر "سادھو" اپنی نفسانی غلامی (لذات حواس و دماغ وغیرہ) کی کھڈ میں گرنے سے بچا رہے۔ تو دوسرے کی بدولت کسی دوسرے کی ادنےٰ فطرت کا بھی شکار نہ ہونا پائے (یعنی مذہبی ملکی اور رسم و رواج کی غلامی سے آزاد رہے) اگرچہ یہ اُمور ایک ہی حقیقت کے دو پہلو ہیں۔ کیونکہ "حصولِ حقوق" کی جدوجہد سے اگر دوسروں کو اُن کے فرائض کی ادائیگی کے لئے مجبور کرنا ہے۔ تو اپنے فرائض کی تکمیل میں دوسروں کے حقوق سے سُرخرو ہونا ہے۔ لیکن چونکہ حلقۂ عمل دونو کا علیحدہ علیحدہ ہے۔ اسلئے پرکرتی کا مالک بن کر جیون یاترا کرنے کے طالب کو یاد رکھنا چاہئے۔ کہ اگر کوئی شخص کسی "زبردست" سے اپنے "حق" کو اس خیال سے حاصل نہیں کرتا۔ کہ "مجھے اِس کے حصول کی کوشش کرنا والسنگئے دنیا پر دلالت کریگا۔ یا غیر کے دِل دُکھانے کا پاپ لگیگا۔ وغیرہ وغیرہ"۔ تو سمجھ لو۔ کہ اِس بدقسمت کو اس کے حاصل کرنے کی طاقت نہیں ہے۔ اور اِس کمزوری کے مُردے کو وہ ایسے چمکیلے مقبرے میں چھپائے رکھنا چاہتا ہے۔ کیونکہ اگر واقعی اس میں طاقت ہو۔ تو اس کا فرض ہے۔ کہ وہ اپنے حق کو حاصل کرے اور پھر خواہ پابندیٔ دنیا کے خیال کو غلط ثابت کرنے کے لئے وہ اس کو ارادتاً کسی حاجتمند کو دیدے (جیسا کہ رام نے سیتا کو راون سے واپس لاکر پھر اس کی مرضی سے بن میں چھوڑ دیا) اور بجائے اس کے کہ دوسرے کے دل دُکھانے کے پاپ کا اندیشہ کرے۔ ڈاکٹر کے نشتر لگانے کی طرح اِس کے دل سے غیر کے حق دبانے کی فاسد عادت کو نکالنے کے لئے ہاتھ دکھائے۔ تاکہ شجاعت کا سچا جلوہ عیاں ہو (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۳۰)

ہوتی ہے - ایسے ہی خودداری نامی فضیلت کے ساتھ بہ لحاظ کمی بیشی کے بیغیرتی
اور غرور عدل کے ساتھ ظلم ورحم - زندہ دلی کے ساتھ سنجیدگی اور اوباشی
(چھچھوراپن) نامی دو دو رذائل وابستہ ہیں - غرض یہ کہ ہر ایک انسانی خوبی
جس کا حاصل کرنا ہر بشر کے لیئے اپنی ذات کی طرف فرض اولے ہے -
ایسی ہی قابلِ ترک دو خرابیوں سے گھری رہتی ہے - اِس لیئے "اعتدال"
گویا ایک ایسی سیدھی مگر تنگ پہاڑی پگڈنڈی (صراط المستقیم) سے مشابہت
رکھتا ہے - جس کے ارد گرد دونو طرف کانٹے دار گلاب وغیرہ کی جھاڑیاں اور
بڑی گہری کھڈیں ہوں - جن میں خوشنما، مگر بدذائقہ پھلوں کے درخت اور
سانپ بچھو یا شیر وغیرہ کی قسم کے بیشمار جنگلی جانور رہتے ہوں - کیونکہ
جس طرح اس پگڈنڈی پر ہوشیاری سے چلنے والا تو عالم علوی کی سیر کرتا
خوبصورت نظارے دیکھتا - خوشبودار صاف اور ٹھنڈی ہوا کی بہار لیتا
ہے - مگر پھول پھل کا مشتاق یا بے احتیاطی کرنے والا اپنی غفلت کے مناسب
سزا پاتا ہے (یعنی تھوڑی غلطی کا نتیجہ تو ایک آدھ کانٹا لگنا اور زیادہ
لاپرواہی کا پھل کھڈ میں گرنا ہوتا ہے - جہاں کہ علاوہ موذی جانوروں کے
کاٹنے کی تکالیف کے اکثر ہڈیوں تک چورا ہو جاتی ہیں - معمولی زخموں کا
تو ذکر ہی کیا؟) ویسے ہی اعتدال کے راستے پر چلنے والے گیانوان کے
تو ہر قدم پر جملہ انسانی خوبیاں بہشتی حوروں کی طرح ہم بغل ہوتی ہیں -
یعنی دھن - تن اور من کی شکتیوں میں ہم آہنگی ہونے کی بدولت وہ صحت
عزت اور شانتی کو حاصل کرتا - اور آتمک آنند کو ہر وقت پرتکش پا کر
جیون مکتی کی بہار لوٹتا ہے - جیسا کہ یوگ درشن کے پاد پہلے کے تیسرے

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۹) مگر یہ خیال رکھے - کہ "طاقت ہی حق ہے" کے غلط اصول پر
عمل پیرا ہو کر غیر کے حقوق کو کچل بھی نہ دے - ورنہ ظالمانہ زندگی کے گناہ کا مرتکب
ہو گا ؛

سُوتر میں آیا ہے :- ( तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम् ॥ )

ترجمہ :- تب ناظر (دیکھنے والے) کی اپنے روپ میں ستھتی ہوتی ہے) لیکن اِس کی طرف سے لاپرواہی کرنے والا ناداں لذاتِ محسوسات کی خواہش میں افراط و تفریط کا بندہ بننے سے تینوں تاپ ("اُدھی بھوتک - ادھی دیوک - ادھیاتمک" سانکھیہ درشن) یا پانچوں کلیش ("اودیا - اسمتا - راگ - دویش - ابھی نویش" یوگ درشن) میں سے ایک یا دوسرے کا شکار ہوتا - اور بیماری بے عزتی اور مصیبت کی گھڑیاں پوری کرتا ہے ؛

اِعتدال ہی سچا یوگ ہے

چونکہ ہر شخص کا کسی نہ کسی پہلو سے دُکھی ہونا اور "نانک دُکھیا سب سنسار" وغیرہ کہاوتوں کی بنیاد اسی بات پر ہے - کہ عوام النّاس اعتدال کے راستے سے ناواقف ہونے کیوجہ سے اِس سے غافل ہو جاتے ہیں - ورنہ جن دنوں میں یہاں کے لوگ اعتدال کا جیون (سادہ بود و باش اور اعلےٰ خیالی) بسر کرتے تھے - ان ایام میں تو بھارت ورش جیون مکتوں کا دیش کہلاتا تھا - گویا آجکل کی طاعون و ہیضہ وغیرہ تمام وبائیں باہمی نفاق اور غیر ممالک میں بےعزتی وغیرہ سب بلائیں اعتدال سے ہی گرنے کا نتیجہ ہیں - اِس لئے ہر محبِ قوم کا فرض ہے - کہ وہ اس رمز کو ہر فرد قوم کے ذہن نشین کرانے کا یتن کرے - کہ وہ "یوگ" جس کی تعریف یوگیشور کرشن نے بھگوت گیتا کے چھٹے ادھیائے کے چھیالیسویں شلوک میں یُوں فرمائی ہے :-

तपस्विभ्योऽधिकोयोगोज्ञानिभ्योऽपिमतोऽधिकः
कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्मायोगी भवार्जुन ॥

ترجمہ :- ہے ارجن! تپسویوں گیانیوں اور کرم کرنے والوں سب سے ہی یوگی بڑھ کر ہے - اِس لئے تو یوگی بن ؛

وہ دراصل اعتدال ہی کی طرف اشارہ ہے - جیسا کہ دوسرے ادھیائے

کے اٹھتالیسویں شلوک میں صاف طور پر کہا جا چکا ہے :۔ کہ یوگ "سمتا" یعنے اعتدال کو کہتے ہیں۔ یا چھٹے ادھیائے کے سولھویں و سترھویں شلوک کے مطالعہ کرنے سے ثابت ہوتا ہے۔ چنانچہ آپ فرماتے ہیں

नात्यश्नतस्तु योगोऽस्ति न चैकांतमनश्नतः ॥
न चातिस्वप्नशीलस्य जाग्रतो नैव चार्जुन ॥
युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ॥
युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥

ترجمہ :۔ ہے ارجن! نہ زیادہ کھانے سے نہ بالکل نہ کھانے سے۔ نہ زیادہ سونے سے اور نہ جاگتے رہنے سے ہی یوگ ہوتا ہے۔ بلکہ یکت (اعتدال رکھتے ہوئے) اہار وہار (یعنے کھانے پینے و ورزش و تفریح) اور کرموں میں یکت چیشٹا کرنے اور یکتی پوروک سونے جاگنے سے ہی دکھوں کو دور کرنے والا یوگ ہوتا ہے۔

اگرچہ بھگوت گیتا کو ہندوؤں کے ہر ایک طبقے میں ہر دلعزیز ہونے کی وجہ سے اپنے اپنے عقیدے کے بموجب کوئی تو کرم شاستر کا درجہ دیتا ہے اور کوئی گیان اور بھگتی شاستر کا۔ لیکن در اصل جیسا کہ اس کے ہر ایک ادھیائے کے نام سے ظاہر ہے۔ یوگ درشن کے بھاشیہ کرتا مہرشی ویاس نے اس کو یوگ کے ہی گرنتھ کی حیثیت میں تصنیف کیا ہے۔ اس لئے مذکورہ بالا پرمانوں کی موجودگی میں ہمیں یہ کہنے کا حق حاصل ہے۔ کہ "اعتدال ہی سچا یوگ ہے"۔ لیکن اپنے اس دعوے کی تصدیق کے لئے ہم ناظرین کی توجہ "یوگ درشن" کی طرف دلا کر بھی دکھلاتے ہیں۔ کہ یوگ آچاریہ مہرشی پاتنجل اس مسئلے میں کیا فرماتے ہیں؟

**سدھیوں کی حقیقت** یوگ درشن کے دوسرے اور تیسرے پاد میں ابھیاس کی مہما جتلانے کے لئے کچھ ایسی سدھیوں (مثلاً یوگی کی سنگت میں درندوں

اور پرندوں کے مابین ویر تیاگ دئیے جانا (۲/۳۵) واک سدھی ہونا (۲/۳۶) یا انما وغیرہ سدھیوں کی پراپتی (۳/۴۵ وغیرہ) کا بھی ذکر ہے۔ جو کہ یم نیم وغیرہ کے ابھیاسی یا مختلف صورتوں میں سینم کرنیوالوں کو پراپت ہو سکتی ہیں۔ مگر چونکہ ان کا اظہار ایسے پیرائے میں کیا گیا ہے۔ کہ مغربی تعلیم کی روشنی میں "خلافِ قدرت" سا معلوم ہوتا ہے۔ اِس لئے اتنا یقین دلانے کے بعد کہ "دنیا میں خلافِ قدرت کوئی عمل ہو ہی نہیں سکتا" یہ عرض کر دینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ چونکہ انسانی علم ناقص اور محدود ہوتا ہے۔ اِس لئے عوام النّاس اکثر ایسے امور کو بھی جو کہ اُن کی بُدّھی کی حدود میں نہیں سما سکتے "خلافِ قدرت" کہدیا کرتے ہیں۔ پس صرف مغربی تعلیم سے دماغی روشنی پائے ہوئے اصحاب اپنے بزرگوں کو وحشی سمجھنے کیوجہ سے اگر پرانی تحقیقات پر نامعقولیت یا خلافِ قدرت ہونے کا فتوے لگا دیں۔ تو چنداں وقعت کی نظر سے نہیں دیکھا جا سکتا۔ کیونکہ تھوڑا سا غور کرنے پر معلوم ہو سکتا ہے۔ کہ گذشتہ چند سال کے عرصے میں ہی سائنس

---

۳۵ अहिंसाप्रतिष्ठायां तत् सन्निधौ वैरत्यागः ترجمہ

یوگی کا چت جب اہنسا میں استھر ہو جاتا ہے۔ تب اس کے سمیپ کوئی پرانی ویر بھاؤ نہیں کرتا ہے سعدی نے بھی لکھا ہے ؎ یکے دیدم از عرصۂ رودبار ... کہ پیش آمدم بر پلنگے سوار ... چناں ہول زاں حال بر من نشست ... کہ ترسیدنم پائے رفتن ببست ... تبسم کناں دست برلب گرفت ... کہ سعدی مدار آنچہ دیدی شگفت ... تو ہم گردن از حکم داور مپیچ ... کہ گردن نہ پیچد ز حکم تو ہیچ ... چو اہلِ دعوے بدیں نگروند ... کہ ابدال در آب و آتش روند ...

۳۶ सत्य प्रतिष्ठायां क्रिया फलाश्रयतम् ॥ ترجمہ

ست پرتشٹھا میں کریا کے پھل کا آشرے بھاؤ ہوتا ہے۔ یعنی جو کچھ کہتا ہے۔ اس کا ہی پھل پراپت ہو جاتا ہے۔ ۳/۴۵ ततोऽणिमादिप्रादुर्भावः कायसम्पत्तद्धर्मानभिघातश्च اس (بھوت جے) کے بعد انما وغیرہ سدھیوں کا ظہور جسمانی رتنیں پراپت اور جسمانی اوصاف کا ناش نہیں ہوتا۔

کی ترقی سے جو چند ایک نئی ایجادیں ہوئی ہیں۔ مثلاً بے تار کی خبر رسانی۔ یا
ہوائی جہاز وغیرہ۔ ان کے ظہور سے کچھ دن پیشتر تک جب کوئی شخص رامائن
(شری رامچندر جی کا پشپک بوان) یا مہابھارت (دھرت راشٹر کو سنجے کا بذریعہ
دور درشٹی لڑائی کا حال سنانا) کے مضامین سے ان کی ہستی کی نسبت ذکر کرتا
تھا۔ تو نامعقول سمجھا جاتا تھا۔ حالانکہ اب مغربی سائینس کے ابھیاسیوں نے
ان کی صداقت پر مہر لگا کر ساری دنیا کو تسلیم کرنے پر مجبور کر دیا ہے۔ اسیطرح
پر کیا یہ ممکن نہیں۔ کہ آئندہ زمانے کی "سائیکالوجی" ان امور کی بھی تصدیق کر
دے۔ جو کہ فی زمانہ ابھیاسیوں کی عدم موجودگی کی وجہ سے "خلافِ قدرت"
خیال کئے جاتے ہیں۔ اغلب ہے۔ کہ ایسا ہو۔ بشرطیکہ عام لوگ ان کے
انکشاف کی کوشش میں سرگرم رہے۔ بقولیکہ

ہر کارے کہ ہمت بستہ گردد — اگر خارے بود گلدستہ گردد

مطلب یہ کہ ابھیاس شرط ہے۔ پھر کوئی شکتی نہیں جس میں کہ انسان
کمال نہ حاصل کر سکے۔ مگر خیر! اس وقت ہمیں اس امر سے کچھ بحث نہیں۔
کہ وہ بیان کردہ سدھیاں خلافِ قدرت ہیں یا نہیں۔ بلکہ ہماری غرض یہ
ظاہر کرنے سے ہے۔ کہ ایسی عجوبہ شکتیوں کے حصول کا امکان ہونے پر بھی
مہرشی جی کی ان کی نسبت کیا رائے ہے؟ یعنی ان کا حاصل کرنا مفید بھی
ہے یا نہیں؟ سو یوگ درشن کے تیسرے پاد کا پینتیسواں اور اٹھتالیسواں

ते समाधावुपसर्गा व्युत्थाने सिद्धयः ۔ پہلے سوتروں میں کہی ہوئی
یوگ بھرشٹ یعنی چنچل چت والے کیلئے تو سدھیاں ہیں۔ مگر یوگیوں یعنی سمادھی کے طالبو
کیلئے وگھن ہی ہیں ۔

तद्वैराग्यादपि दोषबीजक्षये कैवल्यम्
ان سدھیوں سے ویراگ ہونے پر ہی دوش بیج (کلیش کرم (شبھ اشبھ) وپاک (جاتی
آیو بھوگ) ناش ہو کر "کیولیہ" کی پراپتی ہوتی ہے۔ جسمیں پورش کے سمان بدھی شدھ
ہو جاتی ہے (۳/۵۰) وہی کیولیہ کہلاتی ہے

سوتر پڑھنے سے بخوبی واضح ہو جاتا ہے۔ کہ ان کے حصول کے لئے کوشش کرنا تو درکنار۔ اگر ابھیاسی کے سامنے یہ خود بخود بھی آویں۔ تو بھی ان کیطرف سے لاپرواہ رہنے کی ہدایت کی گئی ہے۔ کیونکہ ابھمان اور اشانتی یعنی بھوگوں میں پھنسانے کا کارن ہونے سے یہ منش کو آتمک اوستھا سے گرانے یا سچے یوگ کے راستے سے بہکانے کا ہی باعث ہوتی ہیں۔ غالباً انہی سدھیوں کو دوسرے الفاظ میں مسیح کے لئے شیطان۔ بدھ کے لئے مار اور آریہ تپسویوں کے لئے اندر کی اپسرائیں کہا گیا ہے۔

**سدھیوں کی بدولت یوگ کے متعلقہ غلط فہمی:۔**

چونکہ عام لوگ ودیا سے محروم ہونے کے کارن خود تو یوگ کی حقیقت سے واقف نہیں۔ لیکن ادھر ادھر سے یوگ سدھیوں کے قصے سن کر یوگ کی بزرگی کے سنسکار ان کے ہردے میں نقش ہو جاتے ہیں۔ اس لئے جہاں ایک طرف وہ ایک ایسی عجیب المخلوقات شخصیت کو یوگی سمجھنے لگ جاتے ہیں جو کہ کئی دنوں تک سکتے کے مریض کی طرح حبس دم کئے ہوئے بغیر کھانے پینے کے پڑا رہے (خصوصاً ہمالہ پہاڑ میں) یا بھان متی کے تماشا کرنے والے مداری یا مسمریزم کے کھلاڑی کی طرح کسی قسم کے معجزات دکھاتا ہو۔ یوگ کو سخت محنت کا کام سمجھ کر خود یوگی بننے کا حوصلہ نہیں کر سکتے۔ اور سچے آنند سے جو ہر شخص کا قدرتی ورثہ ہے۔ محروم رہتے ہیں۔ وہاں دوسری طرف بغیر اس بات کو سوچنے کے کہ اگر واقعی یوگی بننے سے ایک غشی کی سی حالت حاصل کرنا ہی مراد ہوتی۔ تو سنگرام بھومی میں ارجن کو بحیثیت ایک یودھا کے یوگی بننے کا اپدیش کیونکر ہو سکتا تھا؟ اکثر چالاک اور مکار لوگوں کے دھوکھے میں آکر نقصان اٹھاتے اور یوگ سے متنفر ہو جاتے ہیں۔ اس لئے ہر شخص کے لئے یہ جاننا مفید ہوگا۔ کہ مہرشی پاتنجل کا "یوگ" سے کیا مطلب تھا؟ اور وہ اس کے حاصل کرنے کیلئے کیا سادھن بتاتے ہیں؟

**یوگ کی اصلیت**

یوگ درشن کے دوسرے سُوتر میں "یوگ" "چت کی ورتیوں کے نرودھ" کا نام بتایا گیا ہے योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः
اور اسی سمادھی پاد کے بارھویں سوتر میں اس کے سادھن بتلائے گئے ہیں अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः کہ "ابھیاس اور ویراگ سے ان ورتیوں کا نرودھ ہوتا ہے۔" جن کی تعریف تیرھویں سے سولھویں سوتر تک ان الفاظ میں کی گئی ہے۔ तत्र स्थितौ यत्नोऽभ्यासः

स तु दीर्घकालनैरन्तर्यसत्कारासेवितो दृढभूमिः ॥१४॥
दृष्टानुश्रविकविषयवितृष्णस्य वशीकारसंज्ञा वैराग्यम् ॥ तत्परं पुरुषख्यातेर्गुणवैतृष्ण्यम् ॥१६॥

جن کا ترجمہ یہ ہے۔ کہ اپنے آدرش کے حاصل کرنے میں ہمہ تن کوشش ہو جانا ابھیاس کہلاتا ہے۔ اور وہ ابھیاس لمبی میعاد تک بلاناغہ شوق سے جاری رکھنا ہی مضبوط بنیاد والا یعنی کامیابی کا باعث ہوتا ہے۔ اور دیکھے یا سُنے ہوئے وشیوں میں جو سوبھاوک ترشنا ہوتی ہے اسکا غلام بننے کی جگہ اس کو اپنے وش میں کرنا ویراگ کہلاتا ہے۔ اور وہ ویراگ "یعنی پرکرتی کے گنوں سے ترشنا کا دُور ہونا" پرم پورش کے ستیہ گیان سے حاصل ہوتا ہے۔ مطلب یہ کہ علم معرفت کے حصول پر ہی دنیاوی لذات کے نقص نظر آتے ہیں۔ اور اس "دوش درشٹی" کی وجہ سے محسوسات دنیا سے نفرت ہوتی ہے۔ جیسا کہ دوسرے پاد کے پندرھویں سوتر میں کہا گیا ہے

परिणामतापसंस्कारदुःखैर्गुणवृत्तिविरोधाच्च दुःखमेव सर्वं विवेकिनः ॥

یعنی جس طرح مکڑی کا جالا صرف آنکھ میں ہی پڑنے سے تکلیف کا باعث ہوتا ہے۔ ویسے ہی سنسارک وشے بھی کیول اسی کو دُکھ روپ پرتیت ہوتے ہیں۔ جس کی وویک (تمیز) روپی آنکھ کھل گئی ہو۔ کیونکہ

وہی ان میں پرنام دکھ۔ تاپ دکھ۔ سنسکار دکھ اور گن ورتی وررودھ دکھ دیکھ سکتا ہے۔ اور ان دکھوں کی وجہ سے ان کو دکھ کا ہی سوروپ سمجھتا ہے۔ ان چار پرکار کے دکھوں کی تشریح مندرجہ ذیل ہے:-

(۱) پرنام دکھ۔ چونکہ سکھ کے ساتھ دکھ کا تعلق بہ لحاظ زمان و مکان دو قسم کا ہی ہو سکتا ہے۔ اور زمانہ تین صورتوں پر منقسم کیا جاتا ہے۔ اسلئے یہ چاروں پرکار کا دکھ درحقیقت انہی دو نو تعلقات کا مظہر ہے جنکو دیش کال کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ چنانچہ ان میں سے پرنام دکھ وہ ہے جو کہ ہر ایک وشے بھوگ کے زمانہ ماضی میں دکھ روپ ہونے کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ کیونکہ کسی شے کا بھی راحت بخش ہونا صرف اس بات پر منحصر ہے۔ کہ "اس کے حصول سے پہلے اس کی خواہش ہو"۔ جتنی خواہش تیز ہوگی۔ اتنا ہی اس کا حصول زیادہ راحت بخش ہوگا۔ بقولیکہ:-

مہر اگر یہ تیرے اس حسن کو چمکاتا ہے پتیل اس شمع پہ پتل آنکھ کا ٹپکاتا ہے

گویا جس طرح گرم پتھر پر پڑنے سے پانی کا قطرہ بھاپ بن جاتا ہے ویسے ہی "خواہش" "شے مطلوبہ" کے ملنے پر سکھ کا روپ دھارن کر لیتی ہے۔ اور خواہش کے وقت انسان کا تکلیف میں ہونا ہر شخص پر روشن ہے۔ اِس لئے اس سکھ کا کارن دراصل دکھ روپ خواہش ہی ہوتی ہے۔ چونکہ پانی اور بھاپ کی طرح کارن اور کاریہ کی حقیقت ایک ہی ہوتی ہے۔ اس لئے سنسارک سکھ بھی اپنے کارن کے دکھ روپ ہونے کیوجہ سے سراب کی طرح گو سکھ معلوم ہوتے ہیں۔ لیکن دراصل دکھ سے ہی بنے ہوئے ہیں۔

(۲) تاپ دکھ:- اِس سے مراد زمانہ حال کے دکھ سے ہے۔ جو کہ ہر ایک سکھ کے ساتھ ملا رہتا ہے۔ چنانچہ جب کوئی بھوگ کا وشے پراپت ہوتا ہے۔ تو نہ صرف اس کے ناش ہونے کا بھے ہی ہر وقت دل میں چٹکیاں

لیتا رہتا ہے - بقول غالب :-
نہ لٹتا دن کو تو کب رات کو یوں بےفکر سوتا ۔ رہا کھٹکا نہ چوری کا دعا دیتا ہوں رہزن کو
بلکہ اپنے برابر والوں سے حسد اور اونے درجہ والوں سے نفرت اور سکھ
بھنگ کرنے والوں سے دویش کا ہونا بھی بےچینی کا باعث ہوتا ہے
نیز بھوگ کے قایم رکھنے میں جو مددگار ہوتے ہیں - ان پر ناجائز طور سے
بھی مہربانی کرتے اور جو خلل انداز ہوتے ہیں - ان پر ناجائز کرودھ کے
باعث اکثر خلافِ عقل عمل بھی سرزد ہو جاتے ہیں - جن کا نتیجہ دُکھ کیصورت
میں بھگتنا پڑتا ہے - چونکہ یہ بھی وشئے بھوگ سے ہی تعلق رکھتے ہیں اس
لئے تاپ دُکھ کی ہی تعریف میں آجاتے ہیں

(۳) سنسکار دُکھ :- یہ زمانہ مستقبل میں تعلق رکھنے والے دُکھ سے
مراد ہے - کیونکہ اول تو من کے تغیر پذیر اوصاف اور ہر شئے کے فانی ہونے
کی وجہ سے سُکھ کے بعد دُکھ اوشیہ ہوتا ہے - بقولیکہ

غمِ چیزے رگِ جاں را خراشد ۔ کہ گاہے باشد و گاہے نباشد

دیگر - سکھ کے انبھو سے چت میں اس کے سنسکاروں کی جو زیادتی ہے
وہ نہ صرف بار بار اس کی یاد دلا کر ہی دکھ کا باعث بنتی ہے - بلکہ اس کے
پھر حاصل کرنے کی خواہش میں جائز و ناجائز کی تمیز چھڑا کر ہر قسم کے
کرم کرنے پر بھی مجبور کرتی ہے - جن کا پھل دُکھ کیصُورت میں بھوگنا پڑتا
ہے - اسی لئے وشئے بھوگ سے چت کی شانتی ڈھونڈنا - ویسا ہی کہا گیا
ہے - جیسا کہ آگ کو گھی کی چھینٹوں سے بُجھانے کی کوشش کرنا یا پیاس
مٹانے کے لئے نمکین پانی کا پینا - مصداق

آب شوراست آنز و توسفری ۔ تشنگی بیش چوں تو بیش خوری

مطلب مختصر یہ کہ ہر ایک سنسارک سُکھ تینوں کال میں مختلف قسم کے
دُکھوں سے گھرا رہتا ہے

گنج بے مار و گل بے خار نیست راحت بغیم دریں بازار نیست

(۴۴) گُن ورتی دُرو دھ "دکھ سے یہ مراد ہے۔ کہ جس طرح کوئی ایک ہی دوائی دل پر تیز کرنے والا۔ اعضاء تنفس پر سست کرنے والا اور دماغ پر خواب آور اثر پیدا کرتی ہو۔ ویسے ہی ہر ایک سنسارک پدارتھ اپنے بھوگنے کے سمے میں نہ صرف مختلف جاتیوں یا مختلف اصحاب پر ہی مختلف اثر رکھتا ہے۔ بلکہ ایک ہی شخص پر بھی مختلف پہلوؤں سے سُکھ دُکھ اور موہ کا کارن ہو کر اپنے تئیں پرکرتی کے تین متضاد اوصاف (ستوگن رجوگن۔ تموگن) کا مجموعہ ظاہر کرتا ہے۔ لقولیکہ

اِی ہلاہل مدھ بھرے شویت شیام رتنار
جیوت مرت جھُک جھُک پڑت جے چتوت اک بار

(چنانچہ مختلف جاتیوں پر ایک ہی شے کے اثر کی مختلف صورتیں اس سے ظاہر ہیں۔ کہ ایک سڑی ہوئی لاش گدھ کیلئے تو مرغوب طبع کھانا ہوتا ہے۔ انسان کے لئے سخت بدبودار قابلِ نفرت شے اور بیل کے لئے نہ بُری نہ بھلی۔ کیونکہ وہ اس کی طرف سے لاپرواہ دیکھا جاتا ہے۔ مختلف اصحاب پر مختلف اثرات یوں سمجھ سکتے ہیں۔ کہ ایک سبز رنگ کا رومال یرقان کی بیماری والے کو زرد۔ رنگوں کے اندھے کو سفید اور تندرست کو سبز نظر آتا ہے۔ ایک ہی شخص پر کسی پھل کے خوشنما مگر بدذائقہ اور بے بُو ہونے سے مختلف حواس مختلف اثر ڈالتے ہیں۔ ایسے ہی کسی کو کھٹائی مرغوب طبع ہوتی ہے۔ کسی کو مٹھائی۔ جس سے مختلف اشخاص پر مختلف اثرات کا ہونا اظہر من الشمس ہے)

پس اس اختلاف اوصاف کی وجہ سے وہی بھوگ جو ایک پہلو سے آنند دایک پرتیت ہو رہا ہوتا ہے۔ زہر آمیز مٹھائی کی طرح دوسرے پہلو سے دُکھ کا کارن بھی بنا رہتا ہے۔ مثلاً پر تکلف مُرغن کھانوں میں

خوش ذائقگی کے ساتھ بدہضمی اور شہوت رانی کی لذت کے ساتھ کمزوری ملی رہتی ہے یا جو اشیاء ایک پہلو سے طاقت اور عمر میں بڑھاتی ہیں۔ وہی دوسری طرف مختلف امراض اور موت کے نزدیک لانے کا بھی کارن ہوتی ہیں۔ جس امر کو مدِنظر رکھ کر بھرتری ہری نے کہا ہے "میں نے بھوگوں کو نہیں بھوگا۔ بلکہ میں ہی بھوگوں سے بھوگا گیا ہوں"۔ (جیسے کوئی کہے۔ کہ میں نے زہر کو نہیں کھایا بلکہ زہر نے مجھ کو کھا لیا ہے) کیونکہ بھوگ تو ویسے ہی بنے رہے۔ اور میں فنا کی طرف بھاگ رہا ہوں:۔

خوش عبث ہوتے ہیں ناداں بادہ نو کو دیکھ کر: اک مہینہ عمر کا کم ہوتا ہے ہر ماہ میں

اسی وِش یعنی زہر کی خاصیت رکھنے کی وجہ سے سنسکرت میں ان کو "وِشے" کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ اور انہی چار پرکار کے دکھوں سے تعلق رکھنے کی وجہ سے بھگوان کرشن نے ارجن کو یہ کہا ہے:۔

येहिसंस्पर्शजा भोगादुःखयोनयएवते ॥
आद्यंतवंतः कौंतेयनतेषुरमतेबुधः ॥

"ہے کُنتی کے پُتر! جو بھی لذاتِ حواس ہیں۔ وہ سب فانی اور دکھ کا ہی کارن ہیں۔ اِس لئے بدھیمان پورش ان میں دلچسپی نہیں لیتے"۔ یہاں تک یوگ کے سادھنوں کی حقیقت بیان ہوئی۔

اب دیکھنا یہ ہے۔ کہ مذکورہ بالا "ابھیاس" اور "ویراگ" سے چت ورتیوں کا نرودھ (شانتی) کیونکر ہو سکتا ہے؟ سو معلوم رہے کہ یوگ درشن کے چھٹے سُتر میں جو پرمان[1]

[1] (۱) پرمان سے مراد یتھارتھ گیان کے سادھنوں سے ہے جس میں پرتیکش انومان اور شبد یعنی تجربے۔ عقل اور نقل سے کام لینے کے طریقے شامل ہیں (۲) وپریہ سے مراد متھیا گیان سے ہے۔ جیسے رسی کو سانپ سمجھنا۔ چنانچہ پانچواں کلیش اسی کا نتیجہ ہوتا ہے (۳) وکلپ سے مراد بےمعنے الفاظ یعنی ایسے کلام سے ہے جس کا کسی پدارتھ سے سمبندھ نہ ہو۔ جیسے کوئی کہے۔ "بانجھ کا بیٹا جا رہا ہے"۔ (۴) ندرا سے مراد ایسی ورتی سے ہے (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۴۱)

وپرییہ۔ کلپ۔ ندرا اور سمرتی" نامی چت کی پانچ ورتیاں بیان کی گئی ہیں۔ ان میں سے جو دُکھ (اشانتی) کی کارن ہیں۔ وہ عام طور پر منش کے چت کی جا او ستھاؤں میں ہی آجاتی ہیں:۔ (۱) کشپت اوستھا یعنی اشیاء مطلوبہ کی عدم موجودگی کی وجہ سے بے اطمینانی کا ہونا (۲) وکشپت اوستھا یعنی دوسروں کے حالات دیکھ کر حسد نفرت اور انتقام وغیرہ کے خیالات سے بیچین ہونا (۳) موڑھ اوستھا یعنی کاہلی اور اودیا کی وجہ سے کام کرنے میں جرأت اور استقلال کا نہ ہونا (۴) ایکاگرتا یعنی کسی خاص جذبے کے زیر اثر کسی ایک شے کی خواہش میں ایسا دل لگانا۔ کہ سب کچھ بھول جائے (جس کو عشق مجازی کہتے ہیں) چونکہ ان چاروں اوستھا کا تکلیف دہ ہونا ظاہر ہی ہے۔ اس لئے ان سے مکتی چاہنے والوں کے لئے پانچویں یعنی "نرودھ" اوستھا کے حاصل کرنے کیلئے "یوگ" (دوسادھنوں کا ماننا) کا اپدیش کیا گیا ہے۔ چنانچہ پہلی حالت کا علاج بتیسویں سوتر میں تو شے مطلوبہ کے لئے ہمہ تن (مالسنک واچک شریرک) کوشش ہونا کہا گیا ہے:۔

तत्प्रतिषेधार्थमेकतत्त्वाभ्यासः ॥ ३२ ॥

ترجمہ (اس کے دور کرنے کو ایک تتو کا ابھیاس کرے)

گو چونکہ حصول کامیابی کے لئے اخلاقی اور عقلی قواء کا تربیت یافتہ ہونا بھی لازمی ہے۔ اس لئے یم اور نیم کے سادھنوں پر بھی خاص توجہ دلائی گئی ہے۔ دوسری اوستھا کے دُکھوں سے رہائی پانے کا طریقہ تیتیسویں سوتر میں بیان کیا گیا ہے:۔

मैत्रीकरुणामुदितोपेक्षाणां सुख दुःख पुण्यापुण्य विषयाणाम्भावनात-श्चित्तप्रसादनम् ॥ ३३ ॥

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۴۰) جو کہ سنسارک پدارتھوں کے گیان کی ہستی کا سہارا ہو۔ (۵) سمرتی سے مراد پہلے انبھو کئے ہوئے کو دوبارہ خیال میں لانے سے ہے۔

(ترجمہ = سُکھی سے پریتی۔ دُکھی پر دیا۔ پُن آتما پر پرسنتا اور پاپی سے اوداسین بھاؤ رکھنے سے چت ساودھان ہوتا ہے)

تیسری اوستھا کے جسمانی کاہلی اور ارادہ کی کمزوری یا اودّیا وغیرہ کئی انگ ہوتے ہیں۔ اس لئے پہلے کے رفع کرنے کے لئے تو آسن اور پرانا یام کو شرطیہ سادھن بیان کیا گیا ہے۔ اور دوسرے کے لئے پرتیاہار یعنے لذآت کیطرف سے ہٹا کر حواس کو دوسری طرف لگانا اور آخر الذکر کے لئے گیان رُوپی پدارتھ میں "سنیم (دھارنا۔ دھیان اور سمادھی) کرنا بیان کیا ہے جس سے نہ صرف بھُوت (عناصر) ہی بس میں ہو جاتے ہیں (۴۴) بلکہ اندرونی بیرونی ہر قسم کے علم کا بھی کمال حاصل ہوتا ہے۔ (۴۷) یہ تینوں علاج تو ابھیاس کی تعریف میں شامل ہیں۔ چوتھی بیماری کا علاج صرف معشوق مجازی کے عیب جاننے سے ہی ہوسکتا ہے۔ اِس لئے اِس کا سادھن "ویراگ" پیش کیا گیا۔ جو کہ سنسارک پدارتھوں کے تاریک پہلو دکھانے سے منش کے چت کو اوچاٹ کر دیتا ہے۔ اِس طرح پر ابھیاس اور ویراگ کی بدولت چت کی ورتیوں کا نرودھ ہوسکنے سے اُنکو "یوگ" کے سادھن کہا گیا ہے ؎

स्थूलस्वरूपसूक्ष्म

नान्वयार्थवत्त्व संयमाद् भूत- जयः ॥ ४२॥ ۵

= پانچ تتر کے گُن سوروپ کتھا تنماترا (شبد پرش وغیرہ) میں سنیم کرنے سے بھُوت جے پراپت ہوتی ہے (علم طبعی کیطرف اشارہ ہے)

सत्त्वपुरुषान्यताख्याति मात्रस्य सर्वभावाधिष्ठा۔۵
तृत्वं सर्वज्ञातृत्वं च ॥ ४७॥

= ستو یعنے بُدھی جب نرمل ہو کر گیان سوروپ پورش کے ہی چنتن میں لے ہوتی ہے۔ تو سب پدارتھوں کی ماہیت اور ہمہ دانی حاصل ہو جاتی ہے (علم روحانی کی طرف اشارہ ہے) نمبر ۴۴ سے ۴۷ تک کے درمیانی سوتر دیگر درمیانی مدارج کا اظہار کرتے ہیں ؎

چونکہ اس عمل سے نہ صرف انسان اپنے طبعی خوف ابھی نویش[1] (موت کا ڈر) اور راگ دویش کے قیود سے آزاد ہو کر درشیہ اور درشٹا یعنی بدھی اور آتما کی علیحدگی انبھو کرنے کیوجہ سے "اسمتا[2]" نامی کلیش سے ہی نجات پاتا ہے۔ بلکہ سچے گیان کی پراپتی سے چاروں کلیشوں کے کارن (۱-۴) اودیا روپی پانچویں کلیش کو بھی ترجاتا ہے۔ اس لئے پانچوں کلیشوں یا ان کے کارن کرم بندھن سے (جس کا پھل بلحاظ من۔ تن اور دھن کے جاتی آیو اور بھوگ ہوتا ہے) مکتی پانے کا ایک ماتر یوگ (کریا یوگ[3] (۲) + دھیان یوگ (۲) ) ہی سادھن ہے ٭

**یوگ کے سادھن یا افراط و تفریط کا علاج**

مذکورہ بالا مضمون کو دوسرے الفاظ میں یُوں کہا جاسکتا ہے۔ کہ جس طرح خوشخطی کے طالب کو بار بار لکھنے کی مشق کرنی ضروری ہے۔ بمصداق:۔

گر تو مے خواہی کہ باشی خوش نویس ٭ مے نویس و مے نویس و مے نویس

(گویا مشق ہی انسان کو مکمل کرتی ہے) ویسے ہی نہ صرف وِدّیا ہی ابھیاس (مشق) کی بدولت بڑھتی ہے۔ بلکہ شاریک شکتی بھی ورزش یعنی عضلاتی کام کی مشق ہی سے نشو و نما پاتی ہے۔ نیز دھن کی ترقی بھی زراعت اور تجارت وغیرہ کے ابھیاس پر ہی مبنی ہے۔ چنانچہ کسی وکیل یا ڈاکٹر کی دولتمندی کا انحصار اس کی "پریکٹس" کی کمی بیشی پر ہی کہا جاتا ہے۔ جو کہ لفظ "ابھیاس" کا ہی انگریزی

---

[1] स्वरसवाही विदुषोऽपि तथारूढोऽभिनिवेशः جو تکلیف مورکھ نیز پنڈتوں پر یکساں اثر رکھتی ہے۔ اُسے ابھی نویش کہتے ہیں۔ مثلاً اپنی ہستی کی ہمیشہ کے لئے قایم رہنے کی خواہش سے موت کا خوف ٭

[2] दृग्दर्शनशक्त्योरेकात्मतेवास्मिता ॥ ६ ॥ = درشٹا اور درشن شکتی میں ابھید گیان کو اسمتا کہتے ہیں ٭

[3] "تپ سوادھیائے اور ایشور پرنی دھان" کریا یوگ کہلاتے ہیں۔ جن سے کلیشوں کی ورتیاں لطیف ہو کر "بچار" (دھیان یوگ) سے کاٹی جاسکتی ہیں ٭

ترجمہ ہے۔ اِس لئے ہر ایک شکتی کے حاصل کرنے کا طریقہ تو "ابھیاس" کہلاتا ہے۔ جس سے تفریط یعنے کمی کا علاج ہوتا ہے۔ لیکن اگر اکیلے "ابھیاس" ہی کو کام میں لایا جاتا۔ تو "افراط" کا احتمال ہوتا۔ اِس لئے اِس کے ساتھ ہی "ویراگ" کا بھی اُپدیش کیا گیا جس سے مراد بے تعلقی ہے۔ تاکہ "مرضِ افراط" میں بھی بتلاء نہ ہو۔ چونکہ تعلق دنیاوی رغبت اور نفرت نامی دو صورتوں میں ہوتا ہے۔ بقول غالب :۔ ؎ قطع کیجے نہ تعلق ہمسے ؛ دوستی نہ سہی دشمنی ہی سہی۔ گویا نہ صرف محبت ہی باعثِ تعلق ہوتی ہے۔ بلکہ عداوت بھی۔ اِس لئے تینوں پرکار کی شکتیوں سے بے تعلق یعنی اوداسین رہنا ہی سچا ویراگ ہے۔ پس ابھیاس اور ویراگ سے حاصل شدہ نتیجہ جو افراط و تفریط کے درمیان جگہ پاتا ہے۔ وہی "اعتدال" روپی "سچا یوگ" ہے۔ اِسی کو دوسرے شاستروں میں ستوگن کے نام سے بھی موسوم کیا گیا ہے۔ جو کہ رجوگن (چنچلتا = افراط) اور تموگن (کاہلی و اودیا = تفریط) کے دُور کرنے پر حاصل ہوتا ہے ؛

آخرالامر یہ کہ چونکہ تمام تکالیف کا علاج اور تمام راحتوں کا حصول صرف "اعتدال" پر ہی مبنی ہے۔ اور صرف "اعتدال پرست" ہی جیون مکت ہونے کے کارن فرض کو فرض کی خاطر سپار کرتا یا نشکام کرم عمل میں لاتا ہوا قومی سیوا میں زندہ شہید کا درجہ پاتا اور دیو یگیہ میں اگنی کو پرجولت رکھنے کیلئے پوتر آہوتی کا کام دے سکتا ہے۔ اِس لئے ہر ایک محبّ الوطن بھارت واسی سے امید ہے۔ کہ وہ مندرجہ ذیل اوراق کے مضمون یعنی "اعتدال پرستی" کو نہ صرف اپنی زندگی میں ہی دھارن کرکے اس ترقی کے زینے پر چڑھنے کی کوشش کرے گا۔ جہانتک اس کے بزرگوں کے نقشِ قدم پائے جاتے ہیں۔ بلکہ حتی الامکان اپنے دوستوں اور رشتہ داروں کو بھی وہاں تک پہنچانے کیلئے پوری طاقت کام میں لائیگا۔ تاکہ ایک دفعہ پھر آریہ ورت کو مختلف اقسام کی مصیبتوں کی غلامی سے آزاد ہوکر جیون مکتوں کا دیش کہلانیکا فخر حاصل ہو ؛ اوم شم ؛

**نوٹ:**۔ پرانوں میں پرماتما کو بلحاظ اس کے تین اوصاف (سنسار کی اوتپتی۔ رکشا اور پرلے کرنے کا کارن) کے "برہما وشنو اور مہا دیو" اور اس کی بہو رنگی مایا کو بلحاظ ان مظہرات کے جن میں وہ کام کرتی ہے ۔ بالترتیب سرسوتی، لکشمی اور شکتی کے ناموں سے موسوم کیا گیا ہے۔ چونکہ پرورش انسانی کا دارومدار دھن پر ہے اس لئے جہاں عام طور پر ہر شخص کو دھن کا طالب ہونے سے وشنو روپی پرماتما کا بھگت یعنی "وشنو" ہونا چاہیئے۔ وہاں قومی حیثیت میں چونکہ صاحب دولت ہونے کے گن کرم سوبھاؤ والے کو "ویش" کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ اس لئے لکشمی کے بھگت صرف انہی کو ہونا چاہیئے۔ گویا بلحاظ پیشے کے دھن میں کمال حاصل کرنا صرف "ویش ورن"[1] کے لئے ہی مخصوص ہے ؞

کبت:۔

انکھا بن کہاں دیکھے سیس دھاری جٹا دیکھے جوگی کن پھٹا دیکھے جھار لائے تن میں | دھن کا ابھیاس

[1] چونکہ "ورن" شبد رنگت کے معنوں میں بھی آتا ہے۔ اس لئے (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۴۶)

مُنی انھول دیکھے سیوڑا بھر جھول دیکھے کرت کلول دیکھے بنکھنڈی بن میں
بیر دیکھے سُور دیکھے سب گنُوں بھرپور دیکھے مایا کے بھی کوڑھ دیکھے بھُول رہے تا دن میں
آدانت سکھی دیکھے جنم ہی کے دُکھی دیکھے پر وے نہ دیکھے جنکے لوبھ ناہیں من میں
مندرجہ بالا کبت کو پڑھ کر سوال پیدا ہوسکتا ہے۔ کہ آخر اس "لوبھ" کی
وجہ کیا ہے؟ جواب صاف ہے۔ کہ ع زر ناخدا ہے کشتیٔ بحرِ حیات کا۔
اور اگر کفر نہ سمجھا جائے۔ تو نہ صرف ناخدا ہی۔ بلکہ بہت سے اوصاف ہیں

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۴۵) بعض مغربی محققین کو یہ مغالطہ ہُوا ہے۔ کہ "آریہ لوگ جو شمالی ایشیا سے ہندوستان میں آئے تھے۔ اور رنگ کے گورے تھے۔ اونہوں نے ملکِ ہند کے سیاہ فام اصلی باشندوں سے اپنے تئیں علیحدہ رکھنے کی غرض سے "ورن بیوستھا" قایم کی" لیکن غور کرنے پر صاف معلوم ہوتا ہے۔ کہ آریہ رشیوں کی نگاہ "چمڑے" پر کبھی نہیں ٹھہری۔ بلکہ اس امر کو وہ ہمیشہ سب سے نچلے درجے کی ذات "چمار" سے منسوب کرتے رہے ہیں۔ کیونکہ منش کی بزرگی ان کے خیال میں صرف مالسک اوستھا سے تعلق رکھتی تھی۔ چنانچہ یہی وجہ ہے۔ کہ منوسمرتی یا بھگوت گیتا وغیرہ میں نوعِ انسان کو گُن کرم (اوصاف واعمال) کی بنیاد پر مختلف حصّوں میں بانٹا گیا ہے۔ علاوہ ازیں ان کی اس "تقسیم محنت" کے اصول کو موجودہ سائینس کے نقطۂ نگاہ سے دیکھا جائے۔ تو بھی اسی امر کی تصدیق ہوتی ہے۔ کیونکہ علم طبیعات (جسمیں علمِ کل۔ علمِ طاقت اور علم کیمیا شامل ہیں) چونکہ سب سے ادنےٰ درجہ کا علم ہے۔ اس لئے صرف اسی سے واقفیت رکھنے والے (مثلاً لوہار۔ معمار۔ رنگساز۔ جولاہا۔ ٹھٹھیار۔ سُنار۔ کمہار۔ ترکھان۔ دھوبی۔ نائی وغیرہ) گو اگر شودر کہا جاسکتا ہے۔ تو علم الزندگی (نباتات وحیوانات کا علم) جو اس سے اعلےٰ درجہ رکھتا ہے۔ اس کو حاصل کرنے والے (مثلاً کاشتکار یا گوالا وغیرہ) کو ویش کہہ سکتے ہیں۔ چونکہ علم الدماغ اس سے بھی اعلےٰ تر ہے۔ اس لئے علمِ سیاست کے ماہرین اگر راج یوگی یعنے کشتری نام کے مستحق ہیں۔ تو علم الروح یعنے آتم گیان تک رسائی رکھنے والا برہمن نام سے موسوم کیا جاسکتا ہے *

اس کو خدا سے بھی مشابہت دی جا سکتی ہے۔ چنانچہ ظاہر میں اگر یہ چاندسا
روپیہ بھگوان مہادیو کے مستک کے چندرماں سے رشتے کا اظہار کرتا ہے۔
تو باطن میں دو اٹھنیوں سے پورش و پر کرتی۔ چار چونیوں سے شری برہما
جی کے چتر مکھ۔ آٹھ دونیوں سے شری دُرگا جی کی اشٹ بھجا اور سولہ آنوں
سے بھگوان وشنو کی سولہ کلا کا مجموعہ ہونے پر توجہ دلاتا ہے۔ نیز نوعِ انسان
کی قدرتی ضروریات کا ضامن ہو کر انکی تکالیف کو دُور کرنے اور نفسانی خواہشات
کو پُورا کر کے راحت کے بہم پہونچانے یعنی جیون مکتی کا ایک اعلےٰ ترین ساہن
ہونے سے ساکار برہم کا ہم پلہ بنتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ اس کی ٹنکار روپی
آواز ہر خاص و عام کے دل پر ویسا ہی اثر پیدا کرتی ہے۔ جیسا کہ ہزاروں
برس پیشتر بھگوان کرشن کی بنسی کا گوپکاؤں کے من سے منسوب کیا جا چکا
ہے۔ علاوہ ازیں مختلف اقسام کے عملیاتِ حُب اور جادو منتر وغیرہ بھی
اس ماہرو کی اک نگاہ ناز پر اپنا تن من قربان کرتے ہیں۔ بقول ذوق

کیا پوچھتا ہے تو عملِ بغض و محبت ٭ چلتا ہوا تعویذ سمجھ نقشِ درم کو

اسی روپیہ بھگوان کے پوجاری یعنی ویش اور گرہستی کے درِ دولت پر
دیگر سارے ورن آشرم کے لوگ بلکہ دیوتا تک بھی اپنی ضروریات کی
تکمیل کے لئے بطور سائل دست نگر رہتے ہیں۔ غرض یہ کہ دھرم۔ ارتھ
کام اور موکش منش جیون کے چاروں پھلوں کا حصول اسی مبلغ علیہ السلام
کی شفاعت پر مبنی نظر آتا ہے۔ کسی نے خوب کہا ہے

اے زر! تو خدا نۂ ولیکن بخدا ٭ ستارِ عیوب و قاضی الحاجاتی

(۱) دھرم:- ہر ایک گرہستی کا فرض ہے۔ کہ اپنے کنبے کے اخراجات
پورے کرنے کے بعد یتیموں۔ بیواؤں۔ طلباء اور اپاہج وغیرہ مستحق لوگوں
کو بھی مناسب امداد دے۔ بقولیکہ:-

یہی ہے عبادت یہی دین و ایماں ٭ کہ دنیا میں کام آئے انساں کے انساں

چنانچہ رحم یعنی دیا کو دھرم کی جڑ قرار دیا گیا ہے:۔

دیا دھرم کا مُول ہے نرک مُول ابھمان ٭ تلسی دیا نہ چھوڑیئے جب لگ گھٹ میں پران

بھلا وہ شخص جو کہ بباعث روپیہ کی عدم موجودگی کے اپنی ضروریات پُورا کرنے کے لئے بھی کسی دوسرے کا محتاج ہو۔ کس طرح سے ممکن ہو سکتا ہے۔ کہ کسی دوسرے کی حاجت روائی کر سکے؟ اس لئے مثل مشہور ہے۔ کہ "بھوکے کا ایمان نہیں ہوتا" یا "ہندو وہی ہے۔ جس کے پاس کچھ ہو" (پنجابی = ہندو نام ہے ہُندے دا) نیز کسی کی عظمت کو "دھنیہ" شبد سے ظاہر کرنا ہی دراصل "دھن" کی فضیلت کا قایل ہونا ہے۔ جس طرح "یوگ" کی بڑائی "یوگیہ" کہنے سے عیاں ہوتی ہے ٭

(۲) ارتھ:۔ عام طور پر اس سے تو مراد ہی دنیاوی پدارتھوں سے لی جاتی ہے۔ مثلاً مکان۔ باغ۔ گھوڑے۔ گائے وغیرہ۔ لیکن دراصل اس کی دو اقسام ہیں (ا) بیوہارک ارتھ جس میں دنیاوی بھوگ اور عزت حاصل کرنے کے سامان شامل ہیں (ب) پرمارتھ یعنی موکش جس کی بدولت ہر قسم کی پابندیوں سے رہائی حاصل ہوتی ہے۔ سو دھرم اور کام کے عنوان سے تو "روپیہ" بیوہارک ارتھ کا ضامن بیان کیا گیا ہے۔ اور "موکش" کے نام سے اس کو پرمارتھ کا سادھن ظاہر کیا جائے گا ٭ مطلب یہ کہ تمام ارتھوں کے پُورا کرنے والے ہی مہاراج ہیں ٭

(۳) کام:۔ اس سے مراد دنیوی خواہشات یا نفسانی لذّات سے ہے۔ سو ایسی وشے باسنا ہی کونسی ہے۔ جو کہ دولتمند کی حضوری میں درِ دولت پر آ کر خود بخود جُڑے نہیں کرتی۔ بقولیکہ:۔

وہ کونسا عقدہ ہے کہ وا ہو نہیں سکتا ٭ موجودگیٔ زر میں کیا ہو نہیں سکتا

دوست دشمن اپنے بیگانے سب اہلِ دولت کی تعظیم و تکریم کرتے ہیں۔ حالانکہ وہ خود ہمیشہ گرداب عیش و نشاط میں غرق رہنے سے دل برداشتہ ہوتے

ہیں۔ کہ دنیا و عقبےٰ کی کچھ فکر ہی نہیں رکھتے۔ بمصداق :۔ ؎

بلبل نے آشیانہ چمن سے اُٹھا لیا ؛ اِس کی بلا سے بُوم بسے یا ہما بسے

(۴) موکش :۔ اس کا سب سے اعلےٰ سادھن تیاگ بیان کیا گیا ہے۔ سو وہ صرف اوسی صُورت میں ممکن ہو سکتا ہے۔ جب کہ کچھ اِنسان کے ہاتھ پلّے بھی ہو۔ ورنہ دوسری صورت میں تو وہی مثل ہو گی۔ کہ "ننگی نہائے تو نچوڑے کیا؟" کسی مُفلس نے اپنے ایک آشنا سے کہا۔ کہ "مجھے اپنے تین جنم کے حالات کا عِلم ہے"۔ اس نے پُوچھا۔ کیونکر؟ مفلس نے جواب دیا۔ کہ گذشتہ جنم میں مالدار نہ ہونے سے میں کچھ دان نہ کر سکا۔ جس کے معاوضہ میں اس جنم میں محروم رہا۔ اب پھر بباعثِ افلاس نہ دینے کے لئے مجبور ہُوں۔ لہٰذا آئندہ جنم کا نظارہ عین آنکھوں کے سامنے پھرتا ہے۔ مطلب مختصر یہ۔ کہ چونکہ دھرم (دان یگیہ۔ تیرتھ یاترا۔ مہاتماؤں کی سیوا وغیرہ) اور تیاگ دونوں کی بنیاد روپیہ کی موجودگی پر ہے۔ اور ان کے علاوہ طبیعت کی یکسوئی بھی جو کہ یوگ درشن میں شانتی کا لازمی سادھن بیان کیا گیا ہے۔ بقولیکہ :۔ ؎

سُرت کھنڈن اَنتر کرہی سادھنا جان ؛ سرت ایکتا ہوئے جب پاوے پد نِرمان

بصورتِ افلاس امرِ محال ہے۔ بمصداق :۔ ؎

کبیر کھدیا کو کری کرت بھجن میں بھنگ ؛ یاکو ٹکڑا ڈال کر سمرن کرو نسنگ

دیگر ؎ خداوندِ ملکنت بحق مشتغل ؛ پراگندہ روزی پراگندہ دل

شب چو عقدِ نماز بر بندم ؛ چہ خورد بامداد فرزندم

پس کشتیٔ زر کی سواری کے بغیر اس سنسار ساگر سے پار اُترنا بھی ناممکن ٹھہرا۔ گویا سانکھ کار رِشی کپل کے سدھانت انوسار چونکہ پرکرتی ہی پورش کے بھوگ اور موکش کا کارن ہوتی ہے۔ اِس لئے جب تک کہ اِنسان بھوگوں کے حصول پر بھی قادر نہیں ہوتا۔ اس وقت تک اس کو موکش کا ابھلاشی دیکھ کر پرکرتی اس پر ہنستی اور زبانِ حال سے یہ کہتی ہے :۔ ؎

چہ کارِ زمیں را نکو ساختی ...... کہ با آسماں نیز پرداختی

دریں حالات مندرجہ بالا اوصاف سے موصوف "دھن" سے اگر اہلِ دنیا میں سے کوئی محروم ہو۔ تو کیا کوئی اس سے بڑھ کر بد قسمت بھی دوسرا شخص ہو سکتا ہے؟ ہاں! اس سے بھی گئی گذری حالت اُس شخص کی ہے۔ جو کہ بجائے اثبات کے نفی کیصورت میں قیام پذیر ہے۔ یعنی جس کے سر پر بارِ قرضہ سوار ہے۔ ایسے آدمی کیحالتِ "ناگفتہ بہ" کا اندازہ کچھ وہی شخص لگا سکتے ہیں۔ جن کو کبھی ایسی مصیبت کا سامنا پیش آیا ہو۔ کسی شاعر نے اِن کے ہی حسبِ حال گویا یہ مضمون باندھا ہے:۔

قسمت کیا ہر ایک کو قسّامِ ازل نے ؛ جو شخص کہ جس چیز کے قابل نظر آیا
بلبل کو دیا نالہ و پروانے کو جلنا ؛ غم ہم کو دیا سب سے جو مشکل نظر آیا

چونکہ غمِ قرضہ مقروض پر مرضِ سل کیطرح اثر پیدا کرتا ہے۔ اِس لئے طبیب روحانی کی طرح "دھن کے ابھیاس" کو بھی اِس مرض کے استعارے سے ہی مندرج کیا جاتا ہے:۔

تھوکتا ہوں جو لہو بوئے حنا آتی ہے ؛ جس نے مہندی تیری لپیٹی تھی وہی سل ہے مری

# مرضِ قرض

چونکہ کسی بیماری کے علاج پر قادر ہونے کے لئے ضروری ہوتا ہے۔ کہ اِس کے اسباب اور علامات سے بخوبی واقفیت ہو۔ اِس لئے پہلے اس کے بھی اِنہی اُمور کو ظاہر کیا جاتا ہے

**اسباب:۔** اِنسان کا مقروض ہونا صرف دو صورتوں میں ممکن ہو سکتا ہے (۱) باپ کا بصورتِ مقروض عالمِ فانی سے کوچ کر جانا۔ اور بیٹے کا اس کی جائداد کا وارث ہونے کیوجہ سے اِس کے قرضے کا بوجھ سر پر

لینا (۲) انسان کا بذاتِ خود مقروض ہونا۔ جس کے اسباب دو صورتوں پر منقسم ہیں:۔ (ا) قدرتی وجوہات۔ (ب) شخصی نقص۔ جنکی تفصیل مندرجہ ذیل ہے:۔

"ا" قدرتی سبب:۔ (۱) کمانے والے شخص کا موت کیوجہ سے علیحدہ ہو جانا۔ یا کسی مرض وغیرہ کی وجہ سے اِس لائق نہ رہنا۔ کہ اہل وعیال کی ضروریات پُوری کر سکے۔ (۲) چوری یا آگ لگنے وغیرہ کی وجہ سے خانہ بربادی کا ظہور میں آنا۔ اگرچہ اِن اسباب کے مقابلے میں اِنسان کی براہِ راست تو کوئی پیش نہیں جاتی۔ گویا جس طرح والدین کے مقروض ہونے کی پیشبندی نہیں کرسکتا۔ ویسے ہی اِن معاملات میں بھی مجبور اور بیچارہ ہوتا ہے۔ لیکن جس طرح اوّل الذکر مصیبت زدوں کے لئے سماج کیطرف سے یتیم خانے بنائے جاتے ہیں۔ ویسے ہی آخر الذکر مصائب کا علاج زندگی کا بیمہ وغیرہ کرنیوالی کمپنیوں کیصورت میں کیا جاتا ہے۔ جن اُمور سے اِس دعوے کا ثبوت بھی بہم پہونچتا ہے۔ کہ جس پہلو میں شخصی طور پر اِنسان کی ناقابلیت اور کمزوری عیاں ہوتی ہے۔ جب مجموعی طور پر قوم اِس کو پورا کرنا چاہتی ہے۔ تو کسی قسم کی روکاوٹ سدِّراہ نہیں ہوتی۔

"ب" شخصی نقص یعنے وہ اسباب جو کہ مقروض کی جہالت اور بداعمالی پر دلالت کرتے ہیں:۔ (۱) برائے نامِ عزّت یا ہوائی واہ واہ کے سُننے کی خاطر شادی وغیرہ رسوم پر بیفائدہ فضول خرچی کرنا۔ مثلاً اگر کوئی شخص کسی کو یہ کلمہ کہہ دے۔ کہ "تیری کمائی کو آگ لگ جاوے"۔ تو مارے غُصّے کے اس کے کوئلے ہو جاتے ہیں۔ لیکن بڑے تعجب کی بات یہ ہے۔ کہ جب جہالت سر پر سوار ہوتی ہے۔ تو شادی وغیرہ کے موقعہ پر خود اپنی کمائی کو آگ لگا کر یعنی آتشبازی جلا کر دل کا غبار نکالتا ہے۔ اور اِس حرکت مجنونانہ

کو باعثِ شہرت خیال کرتا ہے۔ ع بریں عقل و دانش بباید گریست
(۲) زیورات وغیرہ غیر ضروری سامان کی تیاری میں روپیہ کا ناقص استعمال
(۳) اپنی حقیقت سے بڑھ کر اپنی حالت لوگوں کو دکھانے کی کوشش کرنا۔
جو کہ نہ صرف ایک قسم کی مکاری ہی ہے۔ بلکہ سخت تکلیف کا باعث بھی
ہے۔ ایک محقق کا کلام ہے۔ کہ دولت کی آرزو بری نہیں۔ لیکن مفلسی
میں خوشحال سمجھے جانے کی خواہش مصیبتوں کی جڑ ہے (۴) کسیکی ضمانت
میں پھنس جانا (۵) جُوا۔ شرابخوری۔ عیاشی اور زناکاری وغیرہ بدافعال
میں مبتلا ہو جانا۔ حالانکہ راجہ نل اور مہاراجہ یدھشٹر کی غلطیاں اہلِ عقل
کو سبق سکھانے کے لئے روزِ روشن کیطرح عیاں ہیں۔ تاہم نہایت افسوس
سے دیکھا جاتا ہے۔ کہ اہلِ ہنود میں جوئے کی رسم کو "اخلاقی زہر" نہیں
سمجھا جاتا۔ حتے کہ دیوالی جیسے قومی تیوہار پر تو اپنے تئیں دھارمک اور
شریف کہلانیوالے بھی اِس متعدی بیماری کے شکار ہو جاتے ہیں۔ چونکہ
جلدی دولتمند بننے کی خواہش بجائے تجارکے جواری کی سپرٹ کا اظہار
کرتی ہے۔ اس لئے اپنی حدِ سرمایہ سے بڑھ کر سَودا کرنا اور اس میں
خسارہ پانا بھی اِسی عنوان میں شامل ہے۔ ورنہ قدرت تو ہر امر میں
ترقی کرنے کے لئے آہستگی سے کام لیتی ہے۔ مطلب یہ کہ عالمگیر قانون
(جس کی پیروی سے اِنسان کامیابی حاصل کرسکتا ہے) "ایوولیوشن"
(سلسلے وار ترقی) کا ہے۔ "ریوولیوشن" (انقلاب) کا نہیں جسکی تقلید
دُکھ کا کارن ہوتی ہے (۶) کاہلی یعنی خیالی پلاؤ پکاتے رہنا یا تلاشِ
رسائن وغیرہ میں روپیہ اور وقت ضائع کرنا (۷) مذہبی دیوانگی میں
"گھر جلا کر تماشا دیکھنا" (۸) دستور اور رواج کی غلامی سے بلحاظ
زمانہ کے نئے پیشے کو اختیار نہ کرنا۔ اور اپنے باپ دادا کے پیشے کو ہی معزز
ترین سمجھتے رہنا (۹) مقدمات کے شکنجے میں پھنسکر سرکاری دربار میں "لٹ

جانا" وغیرہ ؎

علامات :- اِن سے مراد وہ مصیبتیں ہیں۔ جو کہ انسان کو بصورت مقروض ہونے کے برداشت کرنی پڑتی ہیں (۱) نقصانِ دولت جو کہ قرضخواہ کو علاوہ اصلی رقم کے سُود کی صورت میں ادا کرنی پڑتی ہے۔ گویا یہ مصیبت ہے۔ جو کہ خوابِ غفلت میں بھی پیچھا نہیں چھوڑتی۔ کیونکہ سود ہر وقت بڑھتا ہی رہتا ہے (۲) تمام برادری اور ہمچشموں کی نظر میں ذلیل اور بے عزت ہو جانا (۳) قرضخواہ کی مفت کی غلامی (جیسے عام طور پر "بندۂ بیدام" کہا جا سکتا ہے) اختیار کرنی پڑتی ہے۔ بقولیکہ :- ؎

بھلا دیکھئے تو جو خالی ہے تھیلا | رہیگا پڑا کب کھڑا ہوگا سیدھا؟
یہی حال مقروض کا ہے مُقرّر | وہ خالی ہے سیدھا کھڑا ہو تو کیونکر؟

(۴) مختلف اقسام کی بے ایمانی جو کہ بباعث روپیہ کی ضرورت کے کرنی پڑتی ہے۔ مثلاً کسی کی امانت قرضخواہ کو دیدینا یا چوری کرنے پر آمادہ ہو جانا۔ یا برخلاف ضمیر کے دینے سے ہی انکار کرنا وغیرہ (۵) جھوٹ بولنا جو کہ وعدہ نہ پورا کر سکنے کے باعث امر مجبوری ہوتا ہے بقولیکہ ؎ جو مقروض ہے ہوگا مشکل سے سچّا۔ بھلا اسکے وعدے کا ہے کیا بھروسا؟

(۶) تمام اہل کنبہ کی تکلیفات جو کہ قرضخواہ کے قرقی یا قید وغیرہ کے احکام لانے پر وقوع میں آتی ہیں (۷) اخلاقی نقص جو کہ اس وقت کی مجبوری سے پیدا ہو کر آیندہ زندگی میں بطور عادت کے دخل پاتے ہیں۔ اور سخت تکالیف کا موجب ہوتے ہیں۔ بقولیکہ :- ؎

یہ ضربُ المثل عالم اِک کہہ گیا ہے | لیا سول غم قرض جس نے لیا ہے
یہ کرتا ہے اخلاقِ بد کی فزونی | مدارج میں آتی ہے اس سے زبونی

علاوہ ازیں "القرض مقراض المحبّت والایمان" مسئلہ مسلمہ ہے۔ قصہ مختصر یہ۔ کہ :- ؎

قرض اک روگ ہے اللہ بچائے اِس سے — اس سے بڑھکر نہ کوئی جگ میں علالت سمجھو
رات دن شام وسحر بڑھتا چلا جاتا ہے — اِس میں پوشیدہ مگر برق کی سُرعت سمجھو
عہد بد جھوٹ دغا بازی فریب اور چوری — پانچوں عیب اسمیں ہیں اسے اہلِ فراست سمجھو

**علاج :-** جس طرح امراض جسمانی میں سب سے پہلے بیماری کے سبب کو رفع کرنا ضروری ہوتا ہے۔ ویسے ہی اس مرض سے نجات حاصل کرنے کے لئے بھی لازمی ہے۔ کہ اگر ممکن ہو سکے۔ تو سب سے پہلے سبب کو دُور کرے۔ بعد ازیں مندرجہ ذیل امور پہ خاص توجہ دے :-

(۱) روزانہ آمدنی کی نسبت روزانہ خرچ کم ہونا چاہیئے۔ بقولیکہ
بدخل وخرج خود ہر دم نظر کُن — چو دخلت نیست خرج آہستہ تر کُن۔

بالفاظِ دیگر ناجائز اخراجات کو یکدم بند کر کے روزانہ ضروری خرچ کی نسبت روزانہ آمدنی کو بڑھانے کی کوشش کرنا چاہیئے۔ چنانچہ محنت اور کفایت شعاری۔ دانائی اور دیانتداری اِس مُدعا کے حاصل کرنے کیلئے سنہری اصول ہیں۔ جن کی نسبت مختصراً چند امُور ذیل میں درج کئے جاتے ہیں۔

**"۲" محنت :-**

نہیں جاتی ہے رائیگاں محنت — نفع دیتی ہے بے گماں محنت
مال ملنے کا اِک بہانہ ہے — سچ ہے محنت ہی خود خزانہ ہے

قدرت کیطرف سے اِنسان کو دس اِندریاں (حواس عشرہ) عطا کی گئی ہیں۔ جن میں سے پانچ تو گیان پراپت کرنے کے لئے اور پانچ کرم کرنے کے لئے ہیں۔ چونکہ گیان پراپتی کے لئے بھی کوشش ایک لازمی سادھن ہوتی ہے۔ اِس لئے سب سے ضروری امر یہ ہے۔ کہ منش کرم اندریوں کو باقاعدہ کام میں لائے۔ یعنی آرام طلبی اور کاہلی کو چھوڑ کر محنتی بنے۔ کیونکہ برخلاف اس کے اگر بھوگوں کا طالب اور سُستی پسند

ہوگا۔ تو نہ صرف معاوضۂ محنت سے ہی محروم رہیگا۔ بلکہ قدرت کی مخالفت کیوجہ سے مختلف قسم کے امراض میں بھی مبتلا ہو جائیگا۔ جس سے آمدنی میں کمی کے ساتھ ہی اخراجات کی زیادتی (بباعث فیس ڈاکٹر و قیمت ادویات وغیرہ) ہونے سے مقروض ہونا بھی لازمی ٹھہریگا علاوہ ازیں شیطان کے کام بھی بیکار ہاتھوں سے ہی سرانجام پایا کرتے ہیں۔ بقولیکہ :-

آدمی زادہ کہ بود بیکار  یا بود دزد یا بود بیمار

اسی لئے داناؤں نے ہمیشہ بدکار سے بیگار کو بھی ترجیح دے دی ہے کیونکہ جس طرح کام میں لائے جاکر گھسنے کی نسبت لوہے کو زنگ جلدی کھا جاتا ہے۔ ویسے ہی آدمی کو بمقابلہ کاروبار کی تکان کے بیکاری زیادہ نقصان پہونچاتی ہے۔ کون نہیں جانتا۔ کہ کار آمد چابی ہمیشہ چلکتی رہتی ہے۔ یہی حال کام کرنے والے انسان کا ہوتا ہے۔ پس سب سے پہلا اور لازمی اصول انسان کے لئے آرام طلبی کے خیال کو ترک کر کے لگاتار اور باقاعدہ محنت سے دلچسپی لینا ہے۔

بعض جاہل اشخاص ہتک عزت کے خیال سے محنت کرنے سے جی چراتے ہیں۔ لیکن وہ بیوقوف اتنا نہیں سمجھتے۔ کہ دنیا میں تقریباً تمام مشہور اشخاص محنت ہی کی بدولت کامیابی کی منزل پر پہونچے ہیں۔ مندرجہ ذیل سطور ان کی ظلمتِ جہل رفع کرنے کے واسطے بصورتِ چراغ روشن کیجاتی ہیں :- ایک دانا اور محنتی انگریز کا ذکر ہے۔ کہ وہ اپنے مکان کو جھاڑو دینے کے بعد گرے پڑے کوئلے اُٹھا کر انگیٹھی میں رکھ لیا کرتا تھا۔ ایک دفعہ اس کے ایک دوست نے کہا۔ کہ " یہ کام آپ کی شان کے شایاں نہیں "۔ اس نے جواب دیا " بھائی! جس شخص کو کوئلے اُٹھانیسے شرم آوے۔ اُس کو آگ تاپنے سے بھی حیا آنی چاہیئے " ٭

روشن اسی کا نام رہے جو جلائے دل    آیا ہے ہاتھ ہم کو یہ مضموں چراغ سے

ممالک متحدہ امریکہ کا پریزیڈنٹ واشنگٹن نامی جس زمانے میں کمانڈر انچیف تھا۔ تو ایک پل کے قریب سے اس کا گذر ہوا۔ جہاں سات آدمی ایک شہتیر کے قریب کھڑے ہوئے تھے۔ واشنگٹن نے انہیں پوچھا۔ کہ تم لوگ کیا کر رہے ہو؟ ان میں سے ایک نے جو "میٹ" تھا۔ کہا۔ صاحب! ہم یہ شہتیر اِس پل پر چڑھانا چاہتے ہیں۔ مگر ایک آدمی کا انتظار ہے۔ کیونکہ سات آدمیوں کے بغیر یہ اُٹھ نہیں سکتا۔ واشنگٹن نے کہا۔ کہ تم سات آدمی تو موجود ہو۔ پھر اس کو کیوں نہیں اُٹھاتے؟ "میٹ" نے جواب دیا۔ کہ "صاحب! میں "میٹ" ہوں۔ اور بوجھ اُٹھانا میرا کام نہیں اِس لئے ہم ایک مزدور کے انتظار میں ہیں"۔ یہ سُن کر واشنگٹن گھوڑے پر سے اُتر پڑا۔ اور اُس کو درخت سے باندھ کر آستین چڑھا شہتیر اُٹھانے کو آمادہ ہو گیا۔ اور چھ مزدوروں کی مدد سے اس نے وہ شہتیر پُل پر چڑھا دیا۔ اور جاتے ہوئے گھوڑے پر چڑھ کر "میٹ" سے کہہ گیا۔ کہ "آئندہ اگر تمہیں کبھی کسی ایسے کام کے لئے کسی آدمی کی ضرورت ہو۔ جس کا کرنا تمہاری شان سے بعید ہے۔ تو اضلاع متحدہ امریکہ کے کمانڈر انچیف واشنگٹن کو اطلاع بھیجدینا۔ وہ فوراً حاضر ہو جائیگا"۔

بنجمن فرینکلن کا مقولہ ہے۔ کہ "محنت اور کفایت شعاری دولتمند ہونے کی کُنجی ہے"۔ گارفیلڈ جو امریکہ کا ایک پریزیڈنٹ ہو چکا ہے۔ اپنی تعلیمگاہ میں بطور ایک جھاڑو دینے والے کے ملازم ہوا تھا۔ علےٰ ہٰذا القیاس تواریخ اس قسم کی سینکڑوں مثالوں سے پُر ہے

مسئلہ مسلمہ ہے۔ قانونِ کرم (کر مزدوری تے کھاہ چُوری) اسی امر کا مظہر ہے۔ کہ اِنسان سوائے محنت کے کسی نتیجے کو بھی حاصل نہیں کر سکتا۔ کسی نے خوب کہا ہے:۔

بے رنج گنج یار میسر نمے شود ۔ مُزد آں گرفت جانِ برادر کہ کار کرد

بلکہ بغور دیکھا جائے ۔ تو بیکار زندگی گویا وقت سے پیشتر ہی ایک قسم کی موت ہے کیونکہ کسی کی بڑائی سالوں کی زیادتی پر نہیں ۔ بلکہ ان کاموں کی زیادتی پر مبنی ہوتی ہے ۔ جو کہ اس نے کئے ہوں ۔ علاوہ ازیں پرماتما بھی انہیں کی مدد کرتا ہے ۔ جو اپنی آپ مدد کرتے ہیں ۔ انگلستان اور جاپان اِسی محنت کشی کی بدولت اِس عروج پر پہونچے ہوئے ہیں ۔ اور ہندوستان کے امراء اسی کے ترک کرنے پر اِس گری ہوئی اوستھا کو پراپت ہو رہے ہیں ۔ ورنہ بات ہی کیا تھی ؟ کہ ایک برّاعظم کی حیثیت رکھنے والا ملک ایک مُٹھی بھر غیر قوم کے لوگوں کے زیر سایہ دن بسر کر رہا ہے ۔ پیارے ناظرین !

چھپا دستِ ہمت میں زورِ قضا ہے ۔ مثل ہے کہ ہمت کا حامی خدا ہے ۔

اب بھی اگر اہلِ ہند عیش پسندی کو چھوڑ کر محنت کشی ( جس کو اصطلاحاً تپ کہا گیا ہے ) کی طرف مائل ہوں ۔ تو پرماتما کی کرپا ہونے میں کچھ دیر نہیں وہ تو ہمیشہ بھگتوں کی خاطر " اوتار " دھارن کرنے کو تیار رہتے ہیں ۔

گر پڑے ہے آگ میں پروانہ ساکرم ضعیف ۔ آدمی سے کیا نہ ہووے پر جو ہمت ہو تو ہو

محنت خوش قسمتی کی ماں ہے ۔ اگر ہاتھ کمزور ہیں ۔ تو ورزش کی محنت سے ہی سخت اور مضبوط بن سکتے ہیں ۔ محنت سے ہی ویرانہ خوش فضا باغ بن سکتا ہے ۔ آرام کی نیند اسی کا حصہ ہے ۔ جو کہ خوب جی توڑ کر محنت کرتا ہے ۔ غرضیکہ محنت کا شوق ہونا انسان کے لئے قدرتی عطیہ ہے ۔ جس کے حاصل کرنے میں انسان کو قدرت کی طرف سے آزادی بھی پوری دی گئی ہے ۔ اگر پھر بھی ایسے بے بہا عطیے سے محروم رہے ۔ تو آخری نتیجہ سوائے کفِ افسوس ملنے اور اپنی بد قسمتی پر رونے کے اور کیا ہو سکتا ہے ۔ بقولیکہ ۔

باغِ دنیا میں نہ ہوگا کوئی ہم سا بے نصیب ۔ آئے ایسے باغ میں اور خالی داماں لیچلے

" ب " ۔ پابندی اوقات :۔ جب یہ امر ذہن نشین ہو جائے ۔ کہ محنت ہی کامیابی

کی کنجی ہے۔ "کرم یوگ" ہی بزرگی کا راز ہے۔ تو دوسرا قابلِ غور امر وقت کی پابندی (کال کا بس کرنا) ہے۔ یعنی کسی وقت کو بغیر کسی مفید کام (خواہ دماغی ہو یا جسمانی) کے ضایع نہ ہونے دے۔ گویا ہر وقت کے لئے کام اور ہر کام کیلئے وقت مقرر رکھنا اور "کارِ امروز بفردا مگذار" کے اصول پر صدقِ دل سے پابند ہونا چاہیئے:۔

زباں چلتی ہے گویا آج کچھ ذکرِ خدا کر لے ؛ اجل آئیگی پھر ہر گز نہ دیگی بات کی فرصت

کیونکہ وقت ایک ایسی بے بہا شَے ہے۔ جو کہ کروڑوں روپیہ کے خرچ کرنے پر بھی واپس نہیں آسکتی۔ ایک شاعر کا کلام ہے:۔

مہرباں ہو کے بلا لو مجھے چاہو جس دم ؛ میں "گیا وقت" نہیں ہوں کہ پھر آ بھی نہ سکوں

پس جو لوگ ایسی قابلِ قدر شَے کو فضول لہو و لعب میں ضایع کر دیتے ہیں۔ سوائے پشیمانی کے اور کچھ حاصل نہیں کر سکتے۔ اُن کو معلوم رہنا چاہیئے

سبز باغِ دہر میں برگ خزاں ہوتا نہیں ؛ پیر ہو کر پھر بشر کوئی جواں ہوتا نہیں۔

اس لئے بہتر یہی ہے۔ کہ ایک لمحہ بھی بغیر محنت کے ضایع نہ ہونے پاوے۔ ممکن ہے۔ کہ خاص امور خاص اوقات سے متناقض ہوں۔ لیکن "محنت" ایک ایسی شے ہے۔ جو کہ خواہ کسی وقت کی جائے۔ اپنا اعلےٰ نتیجہ پیدا کئے بغیر نہیں رہتی۔ بقولیکہ:۔

اے شیخ! چہ جوئی زشبِ قدر نشانی ؛ ہر شب شبِ قدر ست اگر قدر بدانی۔

تضیعِ اوقات سے بچنے کے لئے اِس اُصول کا دستور العمل بنانا بہتر ہوتا ہے کہ ہر شے رکھنے کے لئے کوئی خاص جگہ اور ہر ایک جگہ کے لئے خاص مقررہ شے ہونی چاہیئے (تاکہ بشرطِ ضرورت شئے مطلوبہ فی الفور مل جائے۔ ورنہ بر خلاف اس کے بعض اشخاص غیر مقررہ جگہ میں کسی شئے کو رکھنے پر بوقتِ ضرورت تلاش کرنے میں بہت سا وقت بیہودہ طور پر ضایع کر دیتے ہیں) دیگر ہر ایک کام کے لئے خاص وقت اور ہر ایک وقت کے لئے خاص

کام مقرر ہو۔ کیونکہ ایک تو اس سے عادات کی درستی ہو کر کام بآسانی سرانجام پاتا ہے۔ اور دوسرا فائدہ یہ ہے ۔کہ کوئی کام باقی بھی نہیں رہ جاتا۔ چنانچہ نہ صرف مہاراجہ راون[1] نے ہی جو عظمت حاصل کی تھی۔ اس کا کارن علاوہ اس کے شستر اور شاستر ودیا میں نپن ہونے کے "کال کا بس کرنا" تھا۔ بلکہ ہمارے اتنے بڑے ملک کی موجودہ انتظامی خوبی کا بھی دارومدار انگریزی حکومت کے "پابندئی اوقات" کا ہی کرشمہ ہے ؛

"ج" صداقت :۔ وقت کی پابندی اور محنت شعاری کے ساتھ ہی سچائی اور ایمانداری سے کام لینا یعنے ناپ پورا۔ تول ٹھیک اور نمونہ درست دینا گویا سونے پر سگندھ یا سوہاگہ کا کام کرنا ہے۔ کیونکہ سچ سے اعتبار۔ اعتبار سے بیوپار اور بیوپار سے روپیہ بڑھتا ہے۔ اس لئے روپیہ کی ترقی کے طالب کیواسطے سب سے اعلےٰ سادھن راستی ہی ہے :۔

راستی موجب رضائے خداست ؛ کس ندیدم کہ گم شد از رہ راست

اسی سچائی کے طفیل سے اہل انگلستان کی تجارت نے فروغ پایا ہے۔ اور اسی کی کمی کی وجہ سے اہل ہند باہم ملکر کمپنی کیصورت میں بیوپار کرنے سے قاصر اور بہ لحاظ تجارت اس ذلت کے درجے پر پہونچ رہے ہیں چونکہ تجارت کے لئے سرمایہ کی ویسے ہی ضرورت ہوتی ہے ۔ جیسے کہ فصل حاصل کرنے کے لئے بیج کی ۔ اس لئے اکثر اصحاب کو یہ خیال ستاتا ہے۔ کہ اہل ہند کے اعلےٰ پیمانے پر تجارت کرنے میں ان کا افلاس مانع ہے ۔ لیکن بغور دیکھا جائے۔ تو معلوم ہوتا ہے ۔کہ نہ صرف اہل ہند میں باہم ملکر کام کرنے کا شوق ہی کافی ہے۔ بلکہ روپیہ کی بھی ان کے پاس کچھ کمی نہیں ہے ۔ جیسا کہ مختلف

[1] سام۔ دام۔ ڈنڈ اور بھید چار انگ راج نیتی کے ہیں ۔ اور سکشا۔ نروکت۔ ویا کرن وغیرہ چھ انگ ویدوں کے ہیں ۔ ان دسوں سے واقف کامل ہونے کے کارن برہما جی کے چار منہ کی طرح راون کے بھی دس سر بیان کئے گئے ہیں ؛

بینکوں کے حساب سے ظاہر ہے۔ ہاں اگر کمی ہے۔ تو صرف سچائی اور ایمانداری
کی جس کی وجہ سے ایک دوسرے پر بشواس نہیں رہ سکتے۔ چنانچہ اسی
لئے وہ بینکوں کا کروڑوں روپیہ بھی سرکاری نوٹوں پر ۳½ فیصدی سود پر
ہی لگایا ہوا ہے۔ حالانکہ اہلِ تجارت بارہ فیصدی سود پر قرض لیتے ہیں۔
اور برخلاف ان کے یوروپین تجار انہی اوصاف اعلیٰ کی بدولت اہلِ ہند
کے ہی روپیہ سے (بوساطت بنگال بینک وغیرہ) مالامال ہو رہے ہیں کسی
نے سچ کہا ہے :۔

راستی کو جس نے چھوڑا کجروی کی اختیار ؎ منزلِ مقصود تک اس کا قدم جاتا نہیں

غالباً اسی وصف کو ملحوظِ خاطر رکھ کر کسی مہاتما نے ذیل کے الفاظ
میں "وسائلِ آمدنی" کے درجات مقرر کئے ہیں :۔

اوتم کھیتی۔ مدہ بیوپار نکھد چاکری بھیک ندار

(۱) کاشتکاری | کھیتی میں چونکہ سب سے کم بے ایمانی اور جھوٹ کا موقع
ملتا ہے۔ اس لئے اس کا درجہ سب سے افضل ہے۔ گو دیگر پہلوؤں سے
بھی یہ کسی سے دوسرے درجہ پر نہیں۔ کیونکہ جتنا منافع کھیتی میں ہے
اتنا کسی دوسری صورت میں حاصل کرنا امرِ محال ہے۔ یعنی ایک دانے
کے عوض میں سینکڑوں دانے ملتے ہیں۔ بھلا اور کسی طرح پر اتنا فائدہ
کب ممکن ہے؟ بلکہ بغور دیکھا جائے۔ تو کیمیا کا لفظ جو دنیا میں مشہور ہے
وہ زراعت ہی کیطرف اشارہ کرتا ہے۔ بقولیکہ :۔

کیمیا خواہی زراعت کن کہ خوش گفت آنکہ گفت
"زرع" ثلثانش زر است و ثلث باقی ہم زرست

کیونکہ "زرع" لفظ کی پہلی دو تہائی (دو حروف) تو لفظ "زر" ہی ہے۔ آخری
تہائی حرف "عین" ہے۔ سو "عین" بھی زر کو کہتے ہیں۔ علاوہ ازیں "سعدی"
نے تو ایک طرح پر کیمیا سے بھی اس کو ترجیح دی ہے :۔

ع کیمیا گر بمرُد غصہ و رنج … ابلہ اندر خرابہ یافتہ گنج

ایک بوڑھے زمیندار نے مرتے وقت جو اپنے بیٹوں کو کھیت میں خزانہ بتایا تھا۔ ان کے حاصل کرنے کا قصہ سب کو معلوم ہوگا۔ کہ کس طرح اونہوں نے کھیت کھودنے پر فصل کی ترقی کیصورت میں حاصل کیا تھا۔ نیز انسان۔ حیوان۔ چرند۔ پرند سب کو فیض پہونچانے کے سبب سے زراعت کرنے والے کو ثواب بھی اسقدر ہوسکتا ہے۔ کہ بصورتِ دیگر تقریباً ناممکن ہے۔ غرض کھیتی کی نسبت یہ کہا جاسکتا ہے:۔ ع

حُسنِ یوسف دمِ عیسےٰ یدِ موسےٰ داری ؛ ہمہ با وصفِ یک و تو ہمہ تنہا داری۔

اور اہلِ ہند کے لئے تو یہ امر اور بھی ضروری ٹھہرتا ہے۔ جہانکہ اسّی فیصدی آبادی کا انحصار ہی کاشتکاری پر ہے۔ غالباً انہی خوبیوں کو مدنظر رکھ کر مہاراجہ جنک نے خود ہل چلا کر اِس پیشے والوں کی عزت افزائی کی ہوگی۔ کیونکہ اگرچہ انگلستان وغیرہ میں تو لوہے اور کوئلے کی کانوں کے بہ کثرت ہونے سے تجارتی ترقی کی ٹیکس بھی گورنمنٹ کے خزانے کو پُر کرسکتی ہے۔ لیکن ہندوستان میں حکومت کی آمدنی زیادہ تر مالگذاری کی زیادتی پر ہی منحصر ہے۔ چنانچہ یہی کارن ہے۔ کہ گورنمنٹ ہند کی توجہ بھی جابجا ریل اور نہروں کیطرف ہی لگی نظر آتی ہے۔ اور لائل پور وغیرہ کئی شہروں میں زراعتی تعلیم کے کالج کھولے گئے ہیں۔ تاکہ جس طرح امریکہ و یوروپ کے خاص ممالک میں علمی اصولوں پر کاشت کرکے معمول سے کئی گونہ زیادہ فصل پیدا کی جاتی ہے۔ ویسے ہی یہاں کے کاشتکار بھی فائدہ اُٹھاویں۔ لیکن اصل بات یہ ہے۔ کہ جب تک تعلیم کا عام رواج نہیں کیا جاتا۔ اوس وقت تک اہلِ ہند کو کسی مستقل مفید نتیجہ کی امید نہیں ہوسکتی۔ کیونکہ انسانی حیوانی فضلات اور ہڈیاں بہترین قسم کا کھاد بیان کی گئی ہیں۔ لیکن اہلِ ہند کی لاعلمی سے جہاں لاکھوں من ہڈیاں ہر سال

ولایت کو جارہی ہیں - وہاں فضلات بھی بجائے کھیتوں میں پڑکر مفید ہونے کے اکثر دیہات کے قرب وجوار میں پڑے پڑے سڑنے سے مضر صحت ہی اثر پیدا کر رہے ہیں - کیا ہی اچھا ہو - اگر قانوناً تعلیم کو لازمی اور مفت کیا جاوے - تاکہ ایک طرف اگر اہلِ مُلک اپنی صحت کی رکشا کر سکیں - تو دوسری طرف اناج کی بکثرت پیداوار ہونے سے سرسبز اور خوشحال بھی ہوں - گویا صرف ڈھیروں کو کھیت میں ڈالنے سے ہی ایک پنتھ دو کاج کا نقشہ دیکھیں - نیز اس مسئلے کی حقیقت سمجھیں - کہ غیر ممالک کو خام اجناس بھیجنے سے نہ صرف اپنے مُلک کے مزدوروں کا ہی بیفائدہ بوجھ اُٹھانا پڑتا ہے - بلکہ زمین بھی کمزور ہوتی جاتی ہے - کیونکہ اس کی پیداوار کے بالمقابل کافی کھاد نہیں پڑ سکتا - جو کہ غیر ممالک کی زمین کو طاقت دیتا ہے

(۲) بیوپار :- چونکہ ہر قسم کی پیداوار کے بعد اس کی تیاری اور تقسیم کی ضرورت پیش آتی ہے - اس لئے کاشتکاری کے بعد دوسرا درجہ تجارت کا بیان کیا گیا ہے - گو اول الذکر کی نسبت اِس میں جھوٹ بولنے اور بے ایمانی کرنے کا زیادہ موقع ہوتا ہے - لیکن مبارک ہیں وہ لوگ جو کہ پھسلنی زمین پر چلنے کے باوجود احتیاط سے قدم رکھنے کی بدولت سلامتی سے منزل پر پہونچ جاتے ہیں - یعنی اُن لوگوں کی زندگی خصوصاً قابلِ تعریف ہے - جو کہ ایسے معاملے میں ایمانداری اور سچائی کے ساتھ وقت گذاریں، جہانکہ لغزش کا جابجا خطرہ ہو - علاوہ ازیں ترقیٔ دولت کیلئے بھی بمصداق "علم باحث ومال بہ تجارت" سوائے کھیتی کے یہ بیوپار ہی افضل طریق ہے - اگرچہ اس کے شروع کرنے کے لئے کافی سرمائے کی ضرورت ہوتی ہے ع کہ زر زر کشد در جہاں گنج گنج - لیکن جس طرح کھیتی کے کاروبار میں علمِ نباتات کی واقفیت اور کیمیائی اصول کے سمجھنے سے کم قیمت کھاد کی بدولت بیش قیمت اجناس پیدا کر سکتے ہیں - ویسے ہی بیوپار بھی چونکہ

علم طبیعات اور کیمیا کے جاننے کی بدولت اعلےٰ نتائج کا موجب ہوتا ہے۔ اِس لئے اس کی خاطر قرض لینا بھی گناہ نہیں خیال کیا جاتا۔ بلکہ سوسائٹی کیطرف سے اس مطلب کے لئے بینک بنائے جاتے ہیں۔ تاکہ قابلیت رکھنے والے اصحاب افلاس کیوجہ سے مجبور نہ رہیں۔ بلکہ قسمت آزمائی کرنے میں مختار ہوں۔ وجہ یہ ہے۔ کہ اِس مضمون کے ماہر نہ صرف قرض سے ہی باسانی سُرخروئی حاصل کر لیتے ہیں۔ بلکہ اپنی دانائی سے اپنے مال کی مانگ بڑھا کر اپنا ملک تو درکنار۔ دیگر ممالک سے بھی لاکھوں کروڑوں روپیہ حاصل کر لیتے ہیں۔ مثلاً دمڑی کی سجّی اور مٹھی بھر ریت ملانے سے کاریگر لوگ ایسا شیشہ بنا لیتے ہیں۔ جس کے جھاڑ۔ فانوس وغیرہ بیسیوں روپیہ کے مول بکتے ہیں۔ اور اگر عینکیں یا خوردبین وغیرہ بناتے ہیں۔ تو سینکڑوں روپیہ تک قیمت پا جاتے ہیں۔ گویا "بقامت کہتر اور بقیمت بہتر" کی تصدیق کرتے ہیں۔ درینحالات اس سے بڑھ کر اور کوئی اکسیر کیا خاک ہو سکتی ہے؟ غرض یہ کہ صنعت و حرفت کے جس پہلو کیطرف دیکھا جاتا ہے۔ خواہ مشینوں سے تعلق رکھتا ہو یا طبیعات و کیمیا سے۔ اس کے مقابلے میں باقی ہر ایک طریقہ روپیہ کمانے کا ماند ہے۔ بمصداق ع

لب و دنداں نے تیرے کر دیا بے قدر عالم میں گہر کو لعل کو یاقوت کو ہیرے کو مرجاں کو

**ملکی دولت اور دستکاری کا تعلق:-** اسی سلسلے میں یہ ظاہر کر دینا بھی بے جا نہ ہوگا۔ کہ اگرچہ قیمتی دھاتیں بھی ملکی دولت کا ایک حصہ کہی جا سکتی ہیں۔ کیونکہ تبادلۂ اشیاء کے لئے بطور "ٹکٹ" کے کام میں لائی پڑتی ہیں۔ لیکن در اصل دولت کا منبع کاشتکاری اور دستکاری ہے۔ کیونکہ ضروریات زندگی کے مہیا کرنے والے یہی امور ہیں۔ چونکہ تجارت پیداوار کو صرف ایک جگہ سے دوسری جگہ پہونچانے والی ہوتی ہے نہ کہ دولت پیدا کرنے والی۔ اِس لئے جس طرح کسی قوم کی عظمت اس کی

کثرتِ تعداد پر نہیں۔ بلکہ اخلاقی اور عقلی قوا کے اعلےٰ ہونے پر ہوتی ہے ویسے ہی کسی ملک کی دولتمندی کا انحصار اس امر پر نہیں ہوتا۔ کہ اس میں کتنے تجّار ہیں۔ بلکہ اس امر پر ہوتا ہے۔ کہ اس میں کتنے کاشتکار اور اور دستکار ہیں؟ گویا ضروری سامان پیداوار پر کام کرنے والے آدمی ملکی آبادی کی خاص نسبت سے کم نہیں ہونے چاہئیں۔ ہاں البتّہ بقول ایک محقّق کے "جس ملک میں سونے چاندی وغیرہ کی کانیں نہ ہوں اس کے امیر ہونے کے دو ہی طریقے ہیں۔ یا تو فتح کرے یا تجارت"۔ چونکہ فتح کرنا ایک قسم کا ڈاکوپن ہونے سے خلافِ اعتدال ہے۔ اس لئے ضروریاتِ ملکی سے فالتو اشیاء غیر ممالک میں بھیجکر نہاد لے کا فائدہ اُٹھانا بہترین عمل کہا جاسکتا ہے۔ کیونکہ مختلف اقوام کا باہمی تعلق ایسا ہی ہے۔ جیسا کہ ریاست میں شہروں یا شہر میں گھروں کا ہوتا ہے۔

علاوہ ازیں تمام افراد قوم صرف کاشت اور تجارت میں سما بھی نہیں سکتے۔ اس لئے بھی دستکاری (صنعت وحرفت) ایک ضروری امر ہے۔ جس کیطرف قوم کو توجہ دینی لازمی ہوتی ہے (چنانچہ اسی "تقسیم محنت" کے خیال سے جس طرح آجکل کی سوسائٹی میں ضرورت اوّل یہ سمجھی جاتی ہے۔ کہ اس میں کاشتکار۔ دستکار۔ تجّار۔ سپاہی اور علمی تحقیقات کرنے والے ہوں۔۔ ویسے ہی آرش گرنتھوں میں بھی گُن کرم اور سوبھاؤ کی تفریق سے عش جاتی کو چار ورنوں میں تقسیم کرنے کی ہدایت موجود ہے۔ لیکن بدقسمتی اور جہالت سے اپنے اپنے "فرائض و حقوق" سے غافل اور غلط الجھان کے زیر اثر ہو کر اہل ہند کے لئے وہ بھی بجائے مفید ہونے کے مضر نتائج پیدا کر رہے ہیں) نیز غیر ملکوں میں منڈیاں بھی دستکاری کی بدولت ہی بنائی جاسکتی ہیں۔ ورنہ خام پیداوار یا اناج وغیرہ کی غیر ممالک سے تجارت کرنا تو اکثر اپنے ملک کے لئے غربت اور

قحط کا ہی باعث ہوتا ہے۔ کیونکہ ایک تو اپنے ہموطن مزدوروں کا بوجھ بے فائدہ اُٹھانا پڑتا ہے۔ دیگر غلّے کی کمی کی بدولت قیمت بہت چڑھ جاتی ہے۔ سوم غلّے کی پیداوار کے لالچ میں تمام چراگاہوں میں کاشت کئے جانے سے مویشیوں کے لئے گھاس وغیرہ کی قلت ہونے سے دُودھ گھی کا حصول مشکل ہو جاتا ہے۔

چونکہ حکومت کو تجارت بیرونی سے دولت کی ترقی ہونے پر ٹیکس لگانے اور زمین کی مالگذاری سے آمدنی کی زیادتی ہوتی ہے۔ اس لئے جس طرح وہ اپنے فوائد یا فرائض کو مدنظر رکھ کر رقبہ کاشت کی ترقی کیلئے نہریں کھدواتی ہے۔ ویسے ہی اگر چاہے۔ تو ریلوے وغیرہ بنانے کے ساتھ ہی تجارت درآمد پر محصول لگا کر قومی صنعت کو بھی اس درجہ تک مدد دے سکتی ہے۔ کہ نہ صرف اندرونِ ملک بلکہ مقابلتاً غیر ممالک میں بھی وہ کامیاب ہو سکے۔ لیکن بصورتِ دیگر "سودیشی پریم" کا جذبہ اگر افرادِ قوم میں پیدا ہو جائے۔ تو وہ بھی بہت حد تک خاطر خواہ نتائج پیدا کر سکتا ہے۔ لیکن یہ خیال رہے۔ کہ انسان اپنی "فطرتِ خودنمائی" سے مجبور ہونے کے کارن بظاہر نفیس اور کم قیمت شے کو ہی پسند کرتا ہے۔ اس لئے اس مقصد کو حاصل کرنے کی غرض سے ضروری ہے۔ کہ کاریگر اپنی صنعت کے علمی اور عملی طور پر ہر پہلو سے واقف ہو۔ چنانچہ معدنی کارخانوں کی کامیابی کے لئے اگر علم الزمین (جیالوجی) کا مطالعہ کرنا بہتر ہوتا ہے۔ تو تجارتی اشخاص کو علم حساب۔ جغرافیہ اور قواعد ریل تار وغیرہ سے اور مختلف قسم کی دستکاریوں میں حصہ لینے والے اصحاب کو علم طبعی اور کیمیا سے واقف ہونا نہایت مفید پڑتا ہے۔ کیونکہ عالم لوگ نہ صرف معلومات کی کثرت اور قدرتی طاقتوں پر حاوی ہونے سے قومی سرمائے کی ہی ترقی کرتے (جس سے اپنی اور ملکی بہتری ہوتی ہے) اور مثال بن کر دوسروں کے لئے جراُت

افزائی کا باعث ہوتے ہیں۔ کہ علم اور محنت کے مشترک فوائد اُٹھاویں۔ بلکہ اُس آنند کو بھی پراپت کرتے ہیں۔ جو کہ قانونِ علت و معلول کے سمجھنے سے حاصل ہوتا ہے۔ گویا محنت علم سے ملکر سُستی کے آرام سے بدرجہا زیادہ راحت بخش ہوتی ہے۔ ورنہ بغیر علم کے تو جو کام کیا جاتا ہے۔ وہ نہ صرف غلام یا حیوان کی طرح بغیر احساسِ راحت ہی ہوتا ہے۔ بلکہ مشین کی طرح ایک قسم کے مردہ پن کا بھی مظہر ہوتا ہے۔ اسی لئے کہا جاتا ہے۔ کہ ”علم بڑی دولت ہے“۔ کیونکہ

علم بڑی دولت ہے:-

سرو پدارتھ ہیں جگت ماہیں گیان ہین نر پاوت ناہیں

دولت کی تعریف:- دولت دراصل انسان کے مفیدِ مطلب اشیاء کے مجموعے کا نام ہے۔ جن کا منبع تو مادے اور شکتی کی صورت میں ہر جگہ موجود ہے۔ لیکن ان کو مناسب شکل شخصی محنت (جسمانی و دماغی) دیتی ہے اس لئے یہی تیمن اشیاء اہلِ حقیقت کی نگاہ میں ”دولت“ کہی جاتی ہیں۔ چنانچہ اسی اصول پر کسی شے کی ”اصلی قیمت“ اس امر کی مظہر ہوتی ہے۔ کہ اس کے مناسب رُوپ دینے میں کتنی محنت خرچ ہوئی ہے؟ گویا جس شے کو ہم کم موزوں بنا سکتے ہیں یا محنت زیادہ کرنے پر شے کم تیار کر سکتے ہیں۔ اس کی قیمت زیادہ ہوتی ہے۔ پس ”دولت“ بلحاظ مفید اشیاء کا بھنڈار ہونے کے دراصل وہ شکتی (علم) ہے۔ جو کہ ہم نے قدرتی طاقتوں پر حاصل کی ہے۔ مثلاً آبشاروں سے بجلی کس طرح پر حاصل کی جا سکتی ہے؟ یا کشش ثقل اور سورج کی گرمی وغیرہ سے کیونکر فائدہ اُٹھایا جا سکتا ہے؟ وغیرہ وغیرہ۔ اور قیمت[1] سے مراد وہ محنت (کرم) ہے۔ جو کہ قدرتی طاقتوں کی مخالفت میں ہم کو کرنی پڑتی ہے۔ مثلاً

[1] قیمت اور نرخ میں فرق ہے۔ کیونکہ اس کا انحصار شے مطلوبہ کی کم وبیش موجودگی اور اس کی مانگ کی کمی بیشی (ڈیمانڈ اینڈ سپلائی) پر ہے +

کانوں و نہروں کے کھودنے اور دھاتوں کو ڈھال کر خاص قسم کی کلیں تیار کرنے میں وغیرہ وغیرہ - یہی کارن ہے - کہ دولت (لکشمی) کو گیان (وشنو) کی استری کہا جاتا ہے - جس کے پاس گیان ہوتا ہے - اوسی کے پاس دولت دوڑی جاتی ہے - مثال کے طور پر اہل امریکہ اور اہلِ یوروپ اِس امر کی گواہی دیتے ہیں - کہ جب سے اونہوں نے گیان (سائنس) کو اپنا معبود قرار دیا - اسی وقت سے دولت اُن کے چرنوں کی چاکر ہو رہی ہے - ہندو سوسائٹی کے لکشمی پوجا کے تیوہار پر دیوالی کے دِن لکشمی کرنا بھی اِسی امر پر دلالت کرتا ہے - کہ "دولت" اوسی گھر میں داخل ہوتی ہے - جہاں کہ "علم کی روشنی" سے تمام گھر والوں کا دماغ منور ہو

(۳) ملازمت :- روپیہ حاصل کرنے کے طریقوں میں تیسرا درجہ ملازمت کا ہے - چونکہ انسانی طبیعت ہمیشہ ترقی کی خواہش رکھتی ہے - اور نوکری میں ترقی حاصل کرنا اپنے اختیار سے باہر ہوتا ہے - بلکہ اپنے ہم پیشہ بھائیوں سے متفق ہو کر "سٹرائک" کرنے کے بغیر (جسمیں کامیابی کا انحصار در اصل اتحاد پر ہوتا ہے) عام طور پر اور کسی قسم کی جد و جہد بھی نہیں کر سکتا - اِس لئے اکثر اوقات ملازم شخص کو ہوس انسانی کو پورا کرنے کے لئے مجبوراً کوئی نہ کوئی طریقہ ناجائز اختیار کرنا پڑتا ہے - بلکہ زیادہ تر جس کا نمک کھاتا ہے - بذریعہ بے ایمانی بھی اسی کی بیخکنی کرتا ہے - اِس لئے اس کو نکھد یعنے ادنے درجہ کا طریقہ بیان کیا گیا ہے - علاوہ ازیں بقول گوسائیں تلسی داس جی :-

ے سیوک سکھ چاہے مان بھکاری ॰ لوبھی لیش شبھ گتی ویبھچاری
ویسنی دھن چاہے چار وگمانی ॰ نبھ دوہے دودھ چہت پرانی

(یعنی ملازم کا سُکھ چاہنا - بھکھاری کا عزت - لوبھی کا لیش اور زناکار کا اچھا درجہ چاہنا - لذاتِ محسوسات کے پابند کا دھن جمع کرنے کی خواہش رکھنا اور مغرور شخص کا ہر دلعزیزی چاہنا ایسا ہے - گویا یہ شخص اکاش سے دودھ دُہنا چاہتے ہیں - بالفاظ دیگر ناممکن امر کے متلاشی ہیں) یا

ع

"پرادھین سپنے سکھ ناہیں"۔ یعنے دُوسرے کے آدھین رہنے والے کو خواب میں بھی راحتِ آزادی نصیب نہیں ہو سکتی۔ حالانکہ یہی اِنسانی زندگی کا مقصدِ اعلےٰ ہے۔ اِس لئے حصولِ مقصد کے راستے میں روکاوٹ ہونے کی وجہ سے بھی ناپسندیدہ عمل ہے۔ ورنہ یہ تو ویسی ہی بات ہے۔ جیسا کہ کمیٹی (میونسپل) کے ممبروں کے انتخاب کے وقت کوئی "رائے" صاحب (معزز ہونے کے خیال سے) عام لوگوں سے "رائے" مانگتا پھرتا ہے۔ گویا عزت پانے کے لئے ذلت قبول کرتا ہے:۔

لت خوردن از تمنائے دولت برائے چہ؟ ؛ خواری کشیدن از پئے عزت برائے چہ؟
مطلب اگر گذشتنِ عمر است در خوشی ؛ بگذر ز مطلب ایں ہمہ زحمت برائے چہ؟

نیز آمدنی کے لحاظ سے بھی بمقابلہ مذکورہ بالا دیگر وسایل کے ملازمت کا درجہ بہت نیچے رہتا ہے۔ کیونکہ گو سستی پسند اصحاب کو ماہواری تنخواہ کا یقینی ہونا کسی حد تک باعثِ اطمینان ہو سکتا ہے۔ لیکن "خودداری" کی تمام شکتیاں نشو و نما سے قاصر رہ جاتی ہیں۔ دیگر جہاں کاشتکار اور بیوپاری علاوہ میدانِ کوشش کی لا انتہا وسعت رکھنے کے اپنے منافع کے حصول پر خود قادر ہوتا ہے۔ وہاں ملازم کی محنت کا فائدہ زیادہ تر اس کا آقا اُٹھاتا ہے۔ اِس لئے بہتر یہی ہے۔ کہ سوائے قومی فوائد کو مدِ نظر رکھ کر ملازمت اختیار کرنے کے اس کے خیال سے ہی نفرت کی جائے۔ اور شخصی گذران کیلئے آمدنی کے دیگر وسایل کے ذریعہ کامیابی حاصل کرنے کی کوشش کرے ؎

شکلِ انساں میں بھی آزادی نہ کی حاصل اگر ؛ نطفۂ حیواں پہ رکھتا ہے شرف پھر کیا بشر؟
جڑ کے ہیں اوصاف پابندی کا جو باعث نہیں ؛ چشمِ باطن کھول چیتن جڑ سے ہے تو بالاتر

لے آنریبل اے۔ میکنزی صاحب کا "طلباء مدراس" کو یہ فرمانا قابلِ غور ہے "کیا یہ تمہیں کبھی خیال نہیں آتا۔ کہ بصورتِ ملازمت آپ کا اپنی ضروریاتِ زندگی کیلئے اِس تنخواہ پر رہنا جو کہ آپکے ہموطنوں سے بطور ٹیکس دیگئی ہے آپکے ملک کی دولت اور اقبالمندی میں اضافہ نہیں کر سکتا"۔

(۴) گداگری:- چوتھا درجہ روپیہ کمانے کے سب سے مکروہ طریقے یعنے پیشۂ گداگری کا ہے۔ کیونکہ بھکھاری کے دھرم کا حلقہ تنگ۔ عقل ضعیف اور مروّت زایل ہو جاتی ہے۔ اور وہ خود سب کی نظر میں حقیر اور ذلیل ہو جاتا ہے۔ بقولیکہ :-

ہر کہ بر خود درِ سوال کشاد .... تا بمیرد نیاز مند بود

نیز بجائے اس کے کہ انسانی صورت حاصل کرنے پر مستحق محتاجوں کی حاجت روائی کرنا۔ وہ بذاتِ خود غیر مستحق ہونے کیوجہ سے قوم کی گردن پر بوجھ بن جاتا ہے۔ بمصداق :-

ہم سے پہونچی نہ کسی کو راحت ایسے مصیبت کوش ہوئے
جان نہ تھی تب بارِ شکم تھے مر کر بارِ بدوش ہوئے

جو مہاتما گیان پرچار کا کام کرتے ہیں۔ وہ تو مستحق ہیں۔ کہ غذا اور لباس سے ان کی سیوا کیجائے۔ یہاں پر سوال ایسے اصحاب کا ہے۔ جو کہ سچے سادھو کے نام کی آڑ میں اپنا اُلو سیدھا کرتے اور دن دھاڑے لُوٹ مچاتے ہیں۔ تمام مہذب ممالک میں ایسے آوارہ گردوں کے لئے خاص قانون بنے ہوئے ہیں۔ جس سے وہ ایسا مکروہ پیشہ اختیار کرنے سے مجبور رہتے ہیں۔ مگر بدقسمتی سے ہندوستان میں ایسی ضعیف الاعتقادی کا راج ہے۔ کہ ایسے ناکارہ لوگوں کی خدمت کرنا ہی "دھرم" سمجھا رہا ہے۔ کسی نے سچ کہا ہے۔

ع چو احمق در جہاں باقی ست کس مُفلس نمے ماند

چونکہ قدرت نے ہر شخص کو جسمانی اور دماغی قواء سے یکساں مزیّن کیا ہے جن میں سے اگر کسی میں ایک طرف کمی ہو جاتی ہے۔ تو دوسری طرف اسی نسبت سے ترقی پائی جاتی ہے۔ جیسا کہ خاص اندھوں کی نسبت وقتاً فوقتاً اخبارات میں لکھا دیکھنے میں آتا ہے۔ کہ ان میں قوّتِ لامسہ۔ حافظہ یا گانے وغیرہ کی طاقت غیر معمولی نشو ونما یافتہ ہوتی ہے۔ اس سے صاف

ظاہر ہے۔ کہ قدرت کے نقطۂ نگاہ سے کوئی شخص ناکارہ رہکر مفت خوری کا مستحق نہیں۔ بلکہ قومی مشین میں خاص پُرزہ کا کام دے سکتا ہے۔ اور اس محنت کے معاوضے میں ضروریات جسمانی کے پورا کئے جانے کا حق رکھتا ہے۔ اس لئے ہر شخص کا فرض ہے۔ کہ وہ کسی نہ کسی قسم کے کسب سے واقف ہو۔ اور بغیر محنت کے کھانا "حرام" سمجھے۔

لیکن یہ خیال رہے۔ کہ جس طرح بالکل توکل بخدا ہوکر بیٹھ رہنا رذیلت ہے۔ ویسے ہمہ تن دنیا کمانے میں ہی مصروف رہنا بھی ایک رذیلت ہے۔ فضیلت یہی ہے۔ کہ دنیا بھی کماوے اور ساتھ ہی آخرت کا بھی خیال رکھے۔ چنانچہ ہمیشہ دن کا پہلا حصّہ گیان دھیان میں خرچ کرے اور اس کے بعد اس خیال سے اپنے پیشے کا کام کرے۔ کہ دنیا کمانا بھی آخرت کے کام بنانے میں فراغت حاصل کرنے کے واسطے ہی ہے۔ اس لئے حتے الامکان حق کی کمائی میں مصروف رہے (کیونکہ جو شخص اپنے اہل و عیال کو خلق سے بے پروا کرنے یا ہمسایہ اور عزیزوں کے ساتھ بھلائی کرنے کی غرض سے دنیا میں طلب حلال کرتا ہے۔ اس کی رفتار "شریہ مارگ" (منزلِ رحمانی) کیطرف ہے۔ لیکن جو شخص بیہودہ تفاخر اور لافِ تونگری یا لذاتِ محسوسات کے حصول کے خیال سے روپیہ جمع کرنا اور جائز و ناجائز کی تمیز نہیں رکھتا ہے۔ وہ "پریہ مارگ" (شیطانی راستے) کا مسافر ہے) اور رات کو سوتے وقت دن کے افعال کو خیال میں لاوے۔ کہ کسی سے ناجائز سلوک تو نہیں کیا گیا؟ اگر کسی قسم کی غلطی ہو گئی ہو۔ تو پشیمان ہو کر دوسرے دن کے لئے خوب مستعد ہو۔ کہ کل ایسا ہرگز نہیں کروں گا۔

بیوپار میں حتے الامکان محتاج اور غریب مقروض کو مہلت دینی چاہیئے۔ کہ اس کو ادائے قرضہ میں تکلیف نہ ہو۔ بلکہ بشرطِ امکان مناسب حالات میں معاف کردینا اعلےٰ درجے کی نیکی میں شامل ہے۔ لیکن خود

ایسی امید ہرگز نہیں رکھنی چاہیئے۔ بلکہ وقت معہودہ سے پیشتر ہی قرضخواہ کے مکان پر جاکر رقم ادا کردینی چاہیئے۔ تاکہ تقاضے کا موقع ہی پیش نہ آوے۔ اور دینے لینے کے قول و عمل میں ہمیشہ اپنا حساب نہایت پاکیزہ اور درست رکھنا چاہیئے۔ کیونکہ مایا خواہ "جڑ" ہو یا "چیتن" اس کے معاملات میں اچھی بدھی کے بھی بھرم جانے کا احتمال ہوتا ہے:۔

چلنا چلنا سب کہیں پہنچے برلا کوء ٭ اک کنچن اک کامنی درلبھ گھاٹی دو

چنانچہ دنیا کے تقریباً تمام جھگڑے زر و زن کے سمبندھ میں ہی غلطی کرنے کے نتائج ہیں۔ اِس لئے ان کیطرف سے خاص ہوشیاری رکھنی چاہیئے علاوہ ازیں یہ بھی خیال رہے۔ کہ "آداب کسب" کے سیکھنے میں صرف یہ ہی بات نہیں۔ کہ دولت کمائی کس طرح چاہیئے؟ بلکہ اسی سوال کا دوسرا جزو یہ بھی ہے۔ کہ دولت کو خرچ کس طرح کرنا چاہیئے؟ چنانچہ اوّل الذکر اگر مردوں کا کام قرار دیا جائے۔ تو آخر الذکر مستورات کا حصہ ہے بغور دیکھنے پر معلوم ہوگا۔ کہ دولت مند ہونے کا دراصل اصول ہی یہی ہے کہ کمانے کی نسبت بچانے کا زیادہ خیال رہے۔ اِسی دانائی اور کفایت شعاری کے اصول کی بدولت عام طور پر عورت کو لکشمی کہا جاتا ہے۔ تندرستی میں بیماری کا اور زرداری میں افلاس کا خیال رکھنا "شانتی جیون" کے لئے ایک سنہری اصول ہے:۔

جو چمن سے گذرے تو اے صبا! تو یہ کہنا بلبل زار سے
کہ خزاں کے دن بھی قریب ہیں۔ نہ لگانا دل کو بہار سے

کیونکہ جو دولت یتیم خانوں۔ سکولوں اور سچے ادھکاریوں کو دان کرنے سے اندرونی شانتی اور قومی ترقی کا باعث ہوتی ہے۔ وہی دولت مغرور شرابی اور بدکار بنانے یا غیر متعلق لوگوں کو خیرات دینے سے شخصی اور قومی بربادی کے سامان مہیا کرتی ہے۔ لہذا طریقہ استعمال میں ہمیشہ محتاط

رہنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ورنہ یاد رہے :۔

نشۂ دولت بداطوار کو جس آن چڑھا ؛ سر پہ شیطان کے اک اور بھی شیطان چڑھا

جان ویسلی صاحب نے "اِستعمالِ دولت" کے عنوان سے جو تین قواعد تجویز فرمائے ہیں۔ وہ ناظرین کی واقفیت کے لئے ذیل میں درج کئے جاتے ہیں

(۱) "جتنا ممکن ہو سکے۔ اُتنا دھن پیدا کرو"۔ مگر فرائض کا خیال رہے۔ یعنے ہمسایہ کو تکلیف نہ ہو۔ صحت و اخلاق کا ناش نہ ہو۔ طریقِ عمل۔ حبّ الوطنی کا متضاد نہ ہو۔ جھوٹ کا بیوپار نہ ہو۔ المختصر ایمانداری کی محنت اور دستکاری سے کمایا جاوے ؛

(۲) "جتنا ممکن ہو سکے۔ اتنا خرچ کم کرو"۔ یعنی صرف ضروریاتِ زندگی پر خرچ کیا جائے۔ لذّاتِ نفسانی اور غرور بیجا (زیورات و رسوم شادی وغیرہ) پر ہرگز نہ خرچ ہو۔ کیونکہ جذبات کی سیری چاہنا گویا اونکو ترقی دینا ہے ؛

(۳) "جتنا ممکن ہو سکے۔ اتنا دان کرو"۔ لیکن یہ خیال رہے۔ کہ خیرات کاہلی پیدا کرنے اور بدکاری کا باعث نہ بنے۔ یعنی مستحق لوگوں کو دو۔ جو کہ ان تین قسموں میں شامل ہیں :۔ اوّل کام کرنے والے جو کہ اپنی محنت سے ضروریات پوری نہیں کر سکتے۔ دوم کام نہ کر سکنے والے جیسے اندھے۔ لنگڑے۔ مریض وغیرہ۔ سوم کام کرنے کے لائق ہونیوالے جیسے یتیم بچے اور طالب علم وغیرہ ؛

گو ہندوستان کی صنعت کے زمانے کو یاد کر کے کہنا پڑتا ہے :۔

وقت پیری شباب کی باتیں ؛ ایسی ہیں جیسی خواب کی باتیں

(کیونکہ جس بھارت ورش کو زمانے کی گردش نے یہاں تک مجبور کر دیا ہے کہ چینی اور کانچ جیسی مٹّی کے بدلے گیہوں اور چاول جیسی نعمتیں غیر ملکوں کی طرف بھیجتا ہے۔ ع تلافی کی بھی قسمت نے تو کیا کی ؟)

تاہم شکر ہے پرماتما کا۔ کہ قحط و وبا کی مصیبتوں اور غیر ممالک کے باشندوں کی بدسلوکیوں کی ہی بدولت سہی۔ مگر اس کے باشندوں کو بھی اپنی بہتری کے خیال نے ذرا چونکایا ہے۔ جس سے یہ بھی قدرے "سودیشی کی جے" منانے لگے ہیں۔ ممکن ہے۔ اگر چند سال تک اسی طرح پر شوق جاری رہا یعنی دیسی اشیاء کی مضبوطی کو ولایتی نفاست پر ترجیح دی گئی۔ تو پھر گذشتہ نظارہ آنکھوں کے سامنے آجائے :۔ ؎

آمد بہار کی ہے کہ بلبل ہے نغمہ سنج :: اڑتی سی کچھ خبر ہے زبانی طیور کی

ورنہ جہالت کے نشے نے تو جو جو رنگ دکھائے ہیں۔ میں اور میرا پرماتما ہی جانتا ہے۔ غالباً شاعر نے اس "اودیا" کے ہی حسب حال یہ شعر کہا ہے ؎

جگہ کس کس کو دوں دل میں ترے ہاتھوں سے اے قاتل!
کٹاری کو چھری کو تیر کو خنجر کو پیکاں کو۔

"د"۔ دانائی اور تجربہ :۔ جس طرح سماجک یا سیاسی امور میں ہر ایک تحریک ترقی کا ہی باعث نہیں ہوتی۔ بلکہ اکثر اوقات کولھو کے بیل کی طرح دائرہ میں یعنی بے فائدہ۔ بعض صورتوں میں بھولے بھٹکے مسافر کی طرح غلط راستے پر یعنی ترقی معکوس اور کبھی پروانہ کی طرح شمع کیطرف یعنی خطرناک ہوتی ہے۔ ویسے ہی روپیہ کمانے کے لئے بھی ہر ایک کوشش کامیابی کا ہی باعث نہیں ہوتی۔ جب تک کہ اس کے ساتھ دانائی یعنی اپنے پیشے کے متعلقہ مکمل علمی واقفیت کا جزو شامل نہ ہو۔ گویا بعض اوقات باوجود مذکورہ بالا تمام اوصاف کی موجودگی کے انسان خاطر خواہ کامیاب نہیں ہوتا۔ اس لئے ایسی صورت میں بھی اس کو گھبرانا نہیں چاہیئے۔ بلکہ اس خیال سے کہ مجھ میں تجربے کی کمی ہے۔ حصولِ علم و دولت کی غرض سے اپنے وطن کو چھوڑ کر دیگر ممالک کیطرف قسمت آزمائی کے لئے سفر کرنا چاہیئے ؎ ہر چند کہ صورتِ سفر ہے ... پر گلشنِ بیخزاں سفر ہے

"السفر وسیلۃ الظفر" کا مقولہ ایسے ہی موقعہ کے حسب حال ہوتا ہے۔

ع قدر پاتا ہے گہر ہو کر سمندر سے جدا

سعدی کا کلام ہے :۔ سے تا بدکان خانہ در گروی ؛ ہرگز اے خام آدمی نشوی

نیز سفر تہذیب اخلاق کے لیے اعلےٰ اتالیق۔ تجارت کے لئے لازمی اور حصول علم و عقل کے لئے لابدی بیان کیا گیا ہے۔ اور ملازمت تو اکثر گھر چھوڑنے بغیر ہو ہی نہیں سکتی۔ اس لئے اگر کوئی شخص سفر سے پرہیز کرتا ہے۔ تو کیا اس کے یہ معنے نہیں ؟ کہ وہ ان تمام فوائد سے محروم ہونا چاہتا ہے۔ علاوہ ازیں غیر ممالک میں جا کر کمانے سے نہ صرف خود ہی دولتمندی حاصل کرتا ہے۔ بلکہ ملکی دولت میں اضافہ کرنے کیوجہ سے حب الوطنی کا بھی عملی طور پر مظہر ہوتا ہے۔ اہل ہند میں سے اگر ہنود کا میدان تجارت میں پیچھے رہ جانا ان کی اس غلطی پر مبنی ہے۔ کہ یہ سمندر پار جانے کو دھرم کے خلاف سمجھتے رہے۔ تو انہی کی ہمسایہ پارسی قوم کا اِس جیبغے میں کامیاب ہونا صاف دکھلا رہا ہے۔ کہ سفر کیسی اچھی چیز ہے ؟ کوئی عضو خواہ کیسا ہی خوبصورت کیوں نہ ہو۔ دیگر اعضاء جسمانی سے قطع تعلق کرنے پر تندرست نہیں رہ سکتا :۔

خنجر نہ چلے تو مورچہ کھائے ؛ پانی نہ بہے تو اوس میں بو آئے

لیکن یہ خیال رہے۔ کہ سفر کرنے سے پیشتر کسی نہ کسی قسم کی قابلیت حاصل کرنا نہایت ضروری ہے۔ ورنہ چاروں طرف دھکے ہی پڑینگے۔ بقول کیسے :۔

ممکن ہے کہ جوہر کی نہ ہو قدر کہیں ؛ پر قدر کہیں بغیر جوہر کے نہیں۔

اسی سلسلے میں یہ بھی ظاہر کر دینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ جس طرح دنیا میں مادے کا ایک ذرہ بھی بیفائدہ نہیں ہے۔ خواہ وہ کسی صورت میں ہو ( گویا ہر ایک شے کسی نہ کسی قسم کی خوبی اپنے اندر

ضرور رکھتی ہے۔ یہ دوسری بات ہے۔ کہ ہم کو اس کی ضرورت نہ ہو یا اس کے استعمال سے ناواقف ہونے کیوجہ سے ہم اس کی قدر نہ کرتے ہوں۔ جیسے ہڈیاں وغیرہ) ویسے ہی انسان بھی اپنے ذاتی اوصاف کیوجہ سے ایک مفید اور قابلِ قدر شئے ہے۔ لیکن جہاں جڑ پدارتھ اپنے حالات طبعی کے اندر رہنے کے لئے مجبور ہیں۔ وہاں انسان اپنے حالات کو خلافِ خاطر دیکھ کر نہ صرف خود ان کو ترک ہی کر سکتا ہے بلکہ اپنی جسمانی اخلاقی اور عقلی قابلیت کے زور سے حالات کو بھی کسی حد تک اپنے موزون بنا سکتا ہے۔ گویا جہاں اس کے کام کی مانگ نہ ہو۔ وہاں اپنی دانائی کی بدولت اپنے کام کی مانگ بھی پیدا کر سکتا ہے۔ چنانچہ ایک باشندہ جرمنی کا ذکر ہے۔ کہ اس نے چینی کے برتن بنانے کا کارخانہ جاری کرنا چاہا۔ لیکن چونکہ اس وقت دیگر ممالک کے کارخانے خوب چل رہے تھے۔ اس لئے باوجود ہر قسم کی دانائی اور کوشش کے وہ اپنے مقصد میں کامیاب نہ ہو سکا۔ مگر اس حالت میں وہ شکستہ خاطر ہو کر بیٹھ نہیں گیا۔ بلکہ انگلستان اور فرانس وغیرہ مختلف ممالک کے سفر کے لئے گھر سے نکل پڑا۔ اور ادھر ادھر گھومتا ہوا ہندوستان میں بھی آیا۔ جہاں پر اس نے دیکھا۔ کہ اُبلے ہوئے انڈے رکھنے کے لئے جو پیالیاں ہندوستان کے ہوٹلوں میں استعمال کی جاتی ہیں۔ ان میں انڈا پیالی کے اندر جا پڑتا ہے حالانکہ انگلستان میں اس کا نصف حصہ پیالی پر اُبھرا ہوا رہتا ہے۔ جو خوبصورت معلوم ہوتا ہے۔ اس نے معلوم کر لیا۔ کہ اس کی وجہ یہ ہے۔ کہ انگلستان کی مرغیوں کے انڈے ہندوستان کی مرغیوں سے بڑے ہوتے ہیں۔ مگر پیالیاں انگلستان میں جس نمونے کی بنائی جاتی ہیں۔ وہی ہندوستان میں بھی فروخت ہوتی ہیں۔ سفر کے

خاتمے پر جب اُس نے کارخانہ جاری کیا۔ تو انڈے رکھنے کی چینی کی پیالیاں ذرا چھوٹی بنائیں۔ جب وہ ہندوستان میں فروخت کے لئے آئیں۔ تو چونکہ چھوٹی اور کم قیمت تھیں۔ اور بمقابلہ ان کے انگلستان کی بنی ہوئی پیالیاں بڑی اور قیمت میں زیادہ تھیں۔ اس لئے ہندوستان میں اِن چھوٹی پیالیوں نے بڑی پیالیوں کا رواج بالکل اُٹھا دیا اور صرف اِن چھوٹی پیالیوں کی بدولت جرمن کمہار امیر کبیر بن گیا

"ر" "آدرش کی سچی لگن" ر
(اننیہ بھگتی)

بقول ایک فلاسفر کے "زندگی میں کامیابی" کی تعریف یہ ہے۔ کہ جس شخص کا کوئی معراج یا آدرش ہو (خواہ وہ آدرش چھوٹا ہو یا بڑا) وہ اپنی جدو جہد سے اس کو حاصل کرلے۔ اس کے لئے یہ ضروری نہیں۔ کہ ہم دنیا کی لہر کے ساتھ چل رہے ہیں یا اس کے مخالف۔ لوگوں میں نیکنام ہو رہے ہیں یا بدنام۔ مخالفت اور رکاوٹیں کم پیش آتی ہیں یا زیادہ؟ لیکن یہ ضروری ہے۔ کہ اپنے آدرش کے مقابلے میں باقی تمام امور کو دوسرے درجے پر رکھا جاوے۔ مثلاً اگر کسی شخص کا آدرش دولت کمانے کا ہے تو جن جن طریقوں سے دولت حاصل ہو سکتی ہے۔ اگر وہ ان کے لئے پوری جدو جہد کرتا ہوا منزلِ مقصود پر پہونچ جاوے۔ تو خواہ اس معراج کو اعلےٰ نہ کہا جاوے۔ لیکن اس شخص کی زندگی کامیاب کہلانے کی مستحق ہے۔ پس مادی پہلو میں زندگی کی کامیابی کے لئے ایک تو لکشمی روپی خاص آدرش کا ہونا ضروری ہے۔ دیگر اس کے حصول کی قابلیت اور اس کے لئے ہر قسم کا کام کرنے کے لئے آمادہ رہنا یعنی سچی بھگتی (عشقِ صادق) کا ہونا لازمی ہے۔ کیونکہ صرف پریم ہی ایسی چیز ہے۔ جس سے طالب کو مطلوب کا وصال ہو سکتا ہے۔ خواہ وہ مطلوب مجازی ہو یا حقیقی۔ گوسائیں تلسی داس جی کا کتھن ہے:۔

جاکو جا سے ستیہ سنیہہ ہو .... سو نا ہے ملے نہ کچھ سندیہہ ہو

بعض اصحاب وسائل آمدنی کی مذکورہ بالا چوپائی کو" اودم کھیتی مت بیوپار" کیصورت میں پڑھا کرتے ہیں جس سے ان کا مطلب یہ ہوتا ہے۔ کہ کھیتی کے لئے اودم یعنی پرُشارتھ اور بیوپار کے لئے عقل کی ضرورت ہے۔ ممکن ہے۔ ان کا خیال گذشتہ زمانے کے لحاظ سے کسی حد تک درست ہو۔ لیکن موجودہ زمانے میں تو پرُشارتھ صرف کھیتی کے لئے ہی نہیں۔ بلکہ ہر ایک کام مثلاً بیوپار اور نوکری کے لئے بھی یکساں ضروری ہے۔ اور عقل کا ہونا نہ صرف بیوپار کے لئے ہی لازمی ہے۔ بلکہ فنِ زراعت اور دیگر فنون کے لئے بھی جن میں کہ انسان کمال حاصل کرنا چاہے۔ از بس ضروریات سے ہے۔ اِس لئے کوئی شخص جس کام میں اپنی طبیعت کا رجحان پاتا یعنی اپنی آمدنی کی ترقی کو خیال میں لاتا ہے۔ اسی کام کے اُستادوں سے اس کو کچھ عرصے کے لئے اس کام کے متعلقہ نشیب و فراز سے واقفیت حاصل کرنی چاہیئے۔ تاکہ آئندہ زندگی میں ایک آدھ مخالفت کے سدّ راہ ہونے پر فوراً ہی گھبرا کر اپنے کام سے دست بردار نہ ہو جاوے۔ بلکہ استقلال سے اسی دھن میں لگا رہے۔ کہ بس جو کام شروع کیا ہے۔ اسی میں کمال حاصل کرنا ہے۔ ورنہ اگر آج ایک کام شروع کیا اور کل کوئی دوسرا کام کرنے کو جی للچا آیا۔ تو بمصداق ایک انگریزی ضرب المثل کے کہ "لڑھکنے والا پتھر جم میں نہیں بڑھ سکتا" ویسے کا ویسا ہی رہ جاتا ہے۔ بابر اور بنجمن فرینکلن کی مثالیں اس پہلو میں قابلِ قدر ہیں چنانچہ ایک طرف اگر بابر نے باوجود کئی دفعہ شکست کھانے کے اپنی دھن کا پکا ہونے سے آخر بادشاہی حاصل کر لی۔ تو دوسری طرف فرینکلن نے بھی کسی کی مخالفت کی پرواہ نہ کرتے ہوئے نہ صرف اپنے مدعا میں ہی

کامیابی حاصل کرلی - بلکہ آنے والی نسلوں کے لئے ایک پُرمعنی سبق
بھی چھوڑ دیا۔ جس کی حکایت یوں ہے ۔ کہ جس زمانے میں وہ اخبار
نکالتا تھا۔ وہ بہت غریب آدمی تھا۔ لیکن علم وفضل اور چلن کی خوبیوں
کی وجہ سے بہت سے امریکن امراء اُس کے دوست تھے - ایک دفعہ اس
نے اخبار میں سماجک اصلاح کا ایک ایسا مضمون شایع کیا - جس
سے اس کے دوستوں کو سخت رنج پہونچا اور اس پر زور ڈالنے لگے -
کہ بہت جلد اس کی تردید شایع کرے - فرینکلن نے کہا - کہ میں اس کا
جواب آیندہ اتوار کو دوں گا - اُس روز اس نے سب لوگوں کو اپنے
ہاں دعوت دی۔ تمام امراء جو آپ کے واقف تھے ۔ دعوت میں شریک
ہوئے ۔ فرینکلن کے غریبانہ مکان میں میزوں پر ایسا معمولی کھانا چُنا گیا
جس کو ان مہمانوں کے کتّے بھی نہ کھا سکتے تھے ۔ وہ سب کے سب ہاتھ
پر ہاتھ رکھ کر ایک دُوسرے کی طرف تکتے رہے ۔ کہ اس نے ہماری اور
ہتک پر ہتک کی ۔ مگر فرینکلن نے وہی خشک اور بدمزہ روٹیاں کھاکر
ٹھنڈے پانی کا گلاس پیا ۔ اور پھر اُٹھ کر ایک تقریر کی ۔ جس میں بیان
کیا ۔ کہ " صاحبان ! جو شخص ایسی معمولی روٹی اور پانی پر گذارہ کرسکتا ہے
اور جس کو پروا نہیں ۔ کہ عالیشان محلوں میں رہے ۔ اس کو کیا ضرورت ہے ،
کہ اپنے خیال کی آزادی ان لوگوں کے لئے قربان کرے ۔ جو یہ دھمکی دیتے
ہیں ۔ کہ اگر وہ سرپرستی نہ کریں گے ۔ تو فرینکلن کو لذیذ کھانے اور اچھا
مکان نہیں مل سکیگا "

مطلب مختصر یہ کہ کامیاب زندگی کے معنے ہی یہ ہیں ۔ کہ دنیوی
مخالفتوں کی پروا نہ کرتے ہوئے اپنی جدو جہد سے آدرش کو حاصل
کیا جائے ۔ ورنہ اگر کوئی تنکا ہوا میں اُڑتا ہوا کسی غار میں جا گرے
یا پہاڑ کی چوٹی پر جا پہنچے ۔ تو اس کو اس کا زوال اور ترقی نہیں کہا

جاسکتا؛

بعض گنوار اشخاص "پڑھے فارسی بیچے تیل ..... یہ دیکھو کرمونکے کھیل" یہ فقرہ بول کر اپنی حماقت کا اظہار کئے بغیر نہیں رہتے۔ یعنی اُن کے خیال میں علم کا حاصل کرنا صرف ملازمت کا ہی سادھن ہونا چاہئے یا دوسرے الفاظ میں عالم شخص کے لئے ملازمت ہی بہترین ذریعہ حصولِ معاش کا ہے۔ لیکن وہ اس بات کو نہیں سمجھتے۔ کہ انگریز لوگ جو کام کرنے کے لئے علم حاصل کرتے ہیں اور ہندوستانی کام سے بچنے کے لئے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ وہ ہر ایک پہلو میں ترقی یافتہ ہیں اور یہ گئے گذرے ہوئے چنانچہ ہر قسم کی کلوں کی ایجاد اور وجود علم پر ہی مبنی ہے۔ جس کی وجہ سے اونہوں نے تجارت میں کمال پایا۔ صنعت و حرفت میں رنگ دِکھلایا۔ اور زراعت و نسل حیوانی میں ترقی کرنے کا تو کہنا ہی کیا؟ کہ یہاں کے پُشتہا پشت سے کاشتکاروں کو فنِ زراعت سکھانے کے لئے لائلپور یا پُونا وغیرہ میں ابتدائی تعلیم کے مدرسے کھولے گئے ہیں۔ مسٹر ایڈیسن کی لاثانی قوت ایجاد اور کارنیگی لوہار یا ڈاک فیلر تیلی کی بے حساب جائداد کا انحصار سوائے ان کے علم اور آدرش کی سچی لگن کے اور کس بات پر ہے؟ پس بہتر یہی ہے۔ کہ علم دار اصحاب ملازمت کے خیال سے برطرف ہو کر کاروباری زندگی میں داخل ہوں۔ تاکہ بھارت ماتا کے چہرہ پر بھی نئی تہذیب کا رنگ نمودار ہو۔ اور وہ اپنے سپوتوں کی بدولت نوجوان دُلھنوں کے دل پر اپنی بزرگی کا سکہ جما سکے ÷

(۲) جب مندرجہ بالا عملدرآمد سے روزانہ اخراجات کی نسبت آمدنی زیادہ ہو جاوے۔ تو پھر اپنی ماہواری بچت اور قرضے کا حساب کرو۔ اور ہر مہینے سُود کل اور اصل زر میں سے کچھ رقم (خواہ قلیل مقدار ہی ہو) ادا کرنی چاہئے۔ کیونکہ رقم میں سے ادا کرنے پر سُود کی مقدار کم ہونی شروع

ہو جائیگی۔ اس لئے دوسرے مہینے میں سود کم ہو گا۔ اور رقم میں سے زیادہ ادا کیا جائے گا حتیٰ کہ اس ایک ہی اصول پر کاربند ہو نیسے انسان مرض قرض سے بآسانی نجات حاصل کر سکتا ہے

(۳) زیورات کو گروی رکھنے کی نسبت فروخت کر دیں تو بہتر ہے کیونکہ گرو رکھنے کیصورت میں ان کے فائدے (آرائیش) سے تو محرومیت ہی ہوتی ہے۔ لیکن سود کا بوجھ بھی بڑھتا رہتا ہے۔ اس لئے جب پھر کبھی فارغ البالی کا موقعہ ملے۔ تو بنوائے جا سکتے ہیں۔ شروع میں فروخت کر دینے سے کم از کم سود کے خطرناک نتیجوں سے تو بچاؤ رہے گا۔ بعض آدمی اس اصول کو نہ سمجھنے کیوجہ سے سخت نقصان اُٹھاتے ہیں۔ یعنی نہ تو روپیہ ادا کر سکتے ہیں اور نہ ہی زیورات کو جو کہ عموماً کم قیمت پر گروی رکھے ہوتے ہیں۔ چھڑا سکتے ہیں۔ گویا تقریباً نصف قیمت پر ہی فروخت کر دیتے ہیں۔ اگر کوئی عورت ناقص العقل ہونے سے فروخت کرنے میں سدِّ راہ ہو۔ تو پریم سے اُس کو قرضے کی مصائب اور اس عمل کے فوائد ذہن نشین کرا دیں۔ نیز اگر زیورات کو مستورات کی غلامی کے نشان ہونا ان پر ثابت کیا جاوے۔ تب تو غالباً ان کو آپ کی رائے قبول کرنے میں کوئی عذر ہی نہ ہو گا۔ کیونکہ قدرتی طور پر تو عورت اور مرد کے حقوق مساوی ہیں۔ لیکن جس خود غرضانہ عقل نے راجا اور پرجا کی تمیز قائم کی ہے۔ یا نوع انسان میں شریف اور رذیل ذاتوں کی بنا رکھی ہے۔ نیز حیوانات کو اپنی قید میں پابند کیا ہے۔ اسی کا یہ بھی ایک کرشمہ ہے۔ کہ عورتوں کو مردوں کا غلام بنایا ہے۔ چنانچہ پاؤں کی بیڑیوں کی جگہ کڑیاں اور قیدی کیطرح ہتھکڑیوں کی جگہ چوڑیاں اور گلے کے طوقِ لعنت کی جگہ طوق و زنجیر اور شکست کی یادداشت میں ہار پہنائے ہیں۔ اور جس طرح بیل کے ناک میں رسی ڈالی جاتی

ہے - ویسے ہی عورتوں کے ناک میں سہاگ کا زیور یعنی نتھ ڈالی ہے - علیٰ ہذا القیاس - بدیں وجوہات مستورات کا زیورات کو پسند کرنا فطرتی نہیں - بلکہ عادتی امر ہے - جو کہ افیونی کے افیون چھوڑنے کی طرح مشکلات درپیش لاتا ہے - ورنہ بقول شاعر :-

نہیں محتاج زیور کا جسے خوبی خدا نے دی ؎ کہ دیکھو خوشنما لگتا ہے کیسا چاند بن گہنے

یہ بھی اغلب خیال ہے - کہ مسلمانوں کی حکومت کے زمانے میں جبکہ لوٹ مار کا ہر طرف دور دورہ تھا - اور کسی کو اپنی دولت اور عصمت کی حفاظت کا یقین نہیں ہوتا تھا - اُن ایام میں بچپن کی شادی اور عورتوں کے پردے وغیرہ کی قبیح رسومات کے ساتھ ہی اہل ہند میں اپنی دولت کو بصورت زیورات بدن پر پہنے رکھنے کا رواج ہؤا ہوگا - تاکہ بمصداق "عورت ساتھ کی اور پیسہ گانٹھ کا" گھر سے بھاگتے وقت ساری جائداد اپنے ساتھ ہی رہے اور اب وہ رسم بقول ہربرٹ سپنسر دیگر "پرانے زمانے کی ضروریات" کے "موجودہ زمانے کی خوبصورتی" کے روپ اختیار کرنے کیطرح طبیعت سے مانوس ہو چکی ہو - اس وجہ کو مدنظر رکھتے ہوئے بھی چونکہ اب زمانہ امن اور تجارت کا ہے

لہ خوبصورتی وہی ہے - جو کہ پہلے ضروری شئے تھی - خواہ اعضاء جسمانی کی صورت میں ہو یا کھنڈرات اور پرانی حکایات کی صورت میں - کیونکہ یہ سب اپنے وقت میں ضروری امور ہو چکے ہیں - اور اسی اصول پر جو اب ضروری کام دیتے ہیں - وہ خوبصورتی کے کام میں نہیں آسکتے - موجودہ زمانے کے جھاپور شوں کا ہردلعزیز نہ ہو سکنا بھی اسی اصول پر مبنی ہے - گویا وہ آیندہ زمانے میں پسندیدہ ہونگے - اس کی حقیقی وجہ یہ ہے کہ خوبصورتی کے لئے سیاہی اور سفیدی کیطرح مقابلہ ایک ضروری امر ہے - اور جو شئے روزانہ دیکھنے میں آ لے - اس میں یکسانیت کیوجہ سے "رس" نہیں رہتا - "رسیلی" شئے وہی معلوم ہوتی ہے - جو روزمرہ کے مشاہدات سے عجوبہ یعنے نرالے اوصاف رکھتی ہو ؎

اِس لئے اہلِ غور کے لیے حسبِ الحال اس فضول بلکہ نقصان دہ امر کی اصلاح کرنا نہایت ضروری معلوم ہوتا ہے ؎

اہلِ ہند کی غربت کے یوں تو کئی اسباب ہیں۔ مثلاً موسموں کے غیر یقینی ہونے کیوجہ سے پیداوار کا خاطر خواہ نہ ہوسکنا۔ علم کاشتکاری وغیرہ کی سائنٹیفک نقطہ نگاہ سے عدم موجودگی۔ ذات پات کے مفروضہ بندھن کیوجہ سے خاص دستکاری کے پیشوں سے نفرت۔ شادی و موت وغیرہ سماجک رسوم پر فضول خرچی۔ عوام کا بکثرت بیکاری کی زندگی بسر کرنا (خصوصاً کنبے کے مشترک ہونے یا والدین وغیرہ کیطرف سے اولاد کے لئے ورثہ میں جائداد چھوڑنے کیوجہ سے) غلط طریقے پر خیرات کرنا (جس نے لاکھوں اشخاص ایسے بھکاری بنا رکھے ہیں۔ جن کا موروثی پیشہ ہی گدائی اور اوباشی ہے۔ نہ کہ ضرورتِ حالات سے مجبور ہو کر فقیر ہوئے ہیں) شراب خواری۔ بچپن کی شادی و کثرت آبادی۔ غیر قوم کے افسروں کی تنخواہ و پنشن اور غیر ملکی سرمایہ سے ریلوں و نہروں کا تیار ہونا جس پر سُود دینا پڑتا ہے۔ بدیشی تجارت کا زور وغیرہ وغیرہ۔ لیکن ان سب سے بڑھ کر پونے چار لاکھ لوہار کے بالمقابل چار لاکھ سے زیادہ سُناروں کا ہونا ہے۔ جن پر کئی کروڑ روپیہ سالانہ بیفائدہ خرچ ہوتا ہے۔ اور ان کا کام صرف روپیہ کو "کاٹھ مارنا" ہے۔ جو کہ تجارت وغیرہ کے کام نہ آسکے۔ حالانکہ قومی بہبودی اور تجارتی ترقی کے لئے روپیہ کا دوران ایسے ہی لازمی ہے جیسا کہ صحت جسمانی کے لئے خون کا دورہ ہوتا ہے۔ کیا اچھا ہوتا۔ اگر وہ لوہاروں کیصورت میں ملکی بہتری کے لئے عمدہ اوزار تیار کرتے۔ انگریزی مستورات کے بالمقابل ہندوستانی عورتوں کی "دکھاوے کی خواہش" اور "دور اندیشی کی عدم موجودگی" بالکل ان کی عقل کے بچوں سے مشابہ ہونے کی مُنظہر ہے۔ کیونکہ آئیندہ سے لاپرواہی اور دکھاوے کا خاص شوق بچوں کی عقل کے اوصاف

ہیں۔ زیورات بنانے کیوجہ سے کاشتکار اچھے آلات خریدنے سے قاصر رہتا ہے۔ سوداگر نقد دام دے کر اچھا مال خریدنے کی جگہ ادھار پر خریدتا اور سود کے بوجھ سے مرتا ہے۔ چوری کا خطرہ اور ہلاکت کا احتمال علیحدہ رہا۔ جس کی یادداشت آئے دن کے ڈلکے تازہ کراتے رہتے ہیں۔

فرینکلن صاحب نے ٹھیک کہا ہے۔ کہ ہم سرکاری ٹیکس کی ہمیشہ شکایت کرتے رہتے ہیں۔ لیکن اس سے دُگنی رقم اپنی کاہلی سے۔ تگنی بے جا اہمان سے اور چوگنی اپنی حماقت سے ضایع کرتے رہتے ہیں۔ کیا اس کروڑوں روپیہ کا سُود (جو کہ آجکل زیورات کی صورت میں مقفل ہو رہا ہے) اس رقم سے زیادہ نہ ہوگا۔ جتنی رقم کہ گورنمنٹ سالانہ مالگذاری کی وصول کرتی ہے؟ اور کیا ہم اس رقم سے ہی کئی ایک یونیورسٹیاں نہ بنالیں۔ جو ہر وقت تعلیم کے لئے سرکار کے دست نگر بنے ہوئے ہیں؟ افسوس! ہم یہ بھی نہیں سمجھتے۔ کہ آخر سرکار بھی مفت تعلیم دینے کی صورت میں اہلِ ہند سے ہی ٹیکس کیصورت میں اس کا خرچ وصول کرے گی۔ لہذا غیر کو اپنی جیبوں پر مختار بنانے کی جگہ ہم خود ہی کیوں نہ مختار بنیں؟

(۴) خرچ کرتے وقت بجائے اس سوال کے کہ "میں اسقدر خرچ کو برداشت کر سکتا ہوں یا نہیں" اپنے دل میں یہ سوال کرنا چاہیئے کہ "میں اس قسم کو اس مطلب کے لئے خرچ کئے بغیر رہ سکتا ہوں یا نہیں"۔ یعنی خرچ ہمیشہ ضروریات زندگی (شخصی یا قومی) کیواسطے ہونا چاہئے۔ نہ کہ تعریف بیجا اور نفسانی خواہشات کی سیری کیلئے چنانچہ "ضرورت" تو اس کو کہتے ہیں۔ جس کے بغیر صحت جسمانی اور عظمت قومی قایم نہ رہ سکے۔ مثلاً موزون غذا و لباس وغیرہ یا یتیم خانوں اور تعلیمگاہوں کی ترقی اور مشترکہ صنعتی کارخانے وغیرہ۔

بلکن "خواہش نفسانی" وہ ہے۔ جس کی ضرورت تو چنداں نہ ہو۔ صرف لذات حسّی یا نمایش کی غرض سے سادگی کو چھوڑ کر تکلف سے کام لیا جائے جس کا انجام تکلیف دہ ہو:۔

اے ذوق تکلف میں ہے تکلیف سراسر * آرام میں وہ ہیں جو تکلف نہیں کرتے

مثلاً انواع واقسام کے مرغن کھانے۔ بھڑک دار ریشمی کپڑے۔ خوشبویات[1] وعطر وغیرہ کا فضول استعمال۔ مطرب خوش گلو نغمہ سرای اور زنِ خوبرو و خوش ادائی کے لئے۔ علےٰ ہذالقیاس دیگر سامانِ عیش جو کہ عموماً بربادی کا پیش خیمہ ہوتے ہیں۔ یہی کارن ہے۔ کہ دہارمک پہلو سے ایسے کرموں کو پاپ کہا گیا ہے۔ چنانچہ ایک کوی کا کتھن ہے:۔

پری پورن پاپ کے کارن سون ہری بھگت سہائے نہیں جن کو
اِک سندر نار بلائے لئیں جو نرت کرے دن کو رین کو
مردنگ کہے دھرگ ہے دھرگ ہے منجیر کہے کِن کو کِن کو؟
تب نار وہ ہاتھ اٹھائے کہے۔ اِن کو اِن کو۔ اِن کو۔ اِن کو

چونکہ جتنی کوئی شئے زیادہ ضروری ہوتی ہے۔ اتنی ہی قدرتی طور پر سستی ہوتی ہے۔ مثلاً صاف ہوا اور صاف پانی جو زندگی کی سب سے بڑھ کر ضروریات ہیں۔ بمقابلہ جواہرات کے جن کی خواہش شاہی خزانوں کی زیبایش کے لئے ہی ہوتی ہے۔ کس قدر سستی اور سہل الحصول ہیں۔ بمصداق:۔

سرمایۂ حیات بود آب وبے بہاست * گنجینہ ممات بود زہر وقیمتی است

[1] خوشبویات کا استعمال غالباً اس زمانے کی یادگار ہے۔ جبکہ جسمانی صفائی کے نہ کرنے یا خاص امراض کی وجہ سے بدبو آنے پر دوسرے اشخاص ملنے پر نفرت کرتے تھے۔ اور ان کے ذریعہ اس عیب کو چھپایا جاتا تھا۔ ورنہ موجودہ زمانے میں تو پاکیزگی کی ہی قدر ہے *

اِس لئے ضروریات زندگی تو تھوڑے سے دام خرچ کرہی پوری کی جا سکتی ہیں۔ لیکن خواہشات کی تکمیل کے لئے برخلاف ان کے گنج ہفت اقلیم بھی کافی نہیں ہوسکتا۔ کیونکہ اِس دنیا کے حاصل ہونے پر "اندر لوک" کی باسنا بنی رہتی ہے:۔

مُنھ سے بس کرتے نہ ہرگز یہ خدا کے بندے
گر حریصیوں کو خُدا ساری خدائی دیتا

چونکہ اکثر اوقات صرف پُرانے رسم ورواج کی پیروی میں ہی لوگوں کو اتنا روپیہ خرچ کرتے دیکھا جاتا ہے۔ کہ اگر ان کی مجموعی میزان نکالی جائے تو اُن رقوم سے بدرجہا زیادہ ہو۔ جن کی خاطر اکثر محب القوم ساری عمر خرچ کر دیتے ہیں۔ اِس لئے ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ ناظرین کی ضیافت طبع کے لئے مغربی فلسفہ کے نقطہ نگاہ کو مدنظر رکھ کر "رسم ورواج" کی ماہیت ظاہر کی جاوے۔ جس کی قید مذہب اور حکومت کی قیود سے کسی طرح بھی کم نہیں

**رسم ورواج کی حقیقت**

ناظرین کو اگر کسی مجمع یا میلے میں جانے کا اتفاق ہو۔ تو وہ دیکھیں گے۔ کہ نو تعلیمیافتہ اصحاب میں بمقابلہ پرانے خیال کے اصحاب کے (جن کے لباس اور وضع قطع میں خاصی یکسانیت پائی جاتی ہے) ایک عجیب قسم کا اختلاف ہے۔ چنانچہ نہ صرف سر اور ڈاڑھی مونچھوں کے بالوں کی بناوٹ یا ٹوپیوں اور کوٹ قمیضوں میں ہی نرالے نمونے دیکھنے میں آتے ہیں۔ بلکہ پاجامے اور بوٹ بھی کئی اختلاف رکھتے ہیں۔ کالر۔ نکٹائی۔ گھڑی۔ چھڑی ہر ایک شئے میں خاص نرالا پن پایا جاتا ہے۔ لیکن چونکہ ایسے ہی اصحاب کو پرانی حکومت اور مذہب سے بھی مختلف الرائے کہا جاتا ہے۔ اِس سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ ان امور میں کوئی خاص تعلق ضرور ہے۔ چنانچہ گذشتہ

زمانے میں بھی جن لوگوں نے مذہب سے اختلاف رائے ظاہر کیا ہے۔ وہ اکثر حکومت اور پرانی رسوم کی مخالفت کرتے رہے ہیں۔ جیسے اعتقاد کی تبدیلی کے ساتھ ہی سکھوں کا بال بڑھانا۔ طریقہ گفتگو اور سلام دُعا کے الفاظ میں تبدیلی کرنا۔ لباس میں خاص امور کا لحاظ رکھنا اور دیگر مروجہ رسوم سے مخالفت کرنا وغیرہ سب پر روشن ہے۔ مطلب یہ کہ خیالات کی آزادی کے ساتھ ہی حکومت اور رسم و رواج سے بھی آزاد ہونے کا جذبہ ظہور پکڑتا ہے۔ ایسے ہی ہر ایک زمانے اور ہر ایک مُلک کے لوگوں کے اوضاع و اطوار کے علیحدہ علیحدہ ہونے کی تشریح کیجا سکتی ہے۔ اور جو شخص بھی اپنے وقت کے معقول پسند اور مصلح قوم اصحاب کا عوام سے مقابلہ کرے گا۔ وہ ان کے لباس اور چلن میں دوسرے اشخاص کی نسبت "بے دستوری" زیادہ پائیگا۔ کیونکہ برخلاف ان انقلاب پسندوں کے یہ بھی امر واقعہ ہے کہ جو موجودہ مذہب اور حکومت کے سامنے سرِتسلیم خم کرنے والے ہوتے ہیں۔ وہ ان رسوم کے بھی نہایت پابند ہوتے ہیں۔ جو کہ نسلاً بعد نسلاً اونہوں تک ورثے میں پہونچی ہوں۔ مثلاً اہلِ ہنود میں بواہ کے وقت پہننے والے دُولھا دلھن کے کپڑے اور موت کے بعد کریا کرم کی رسوم وغیرہ اس امر کی شاہد ہیں۔ درینحالات کیا یہ تعلقات باہمی اتفاقیہ اور بےمعنی کہے جاسکتے ہیں؟ اور ان میں کوئی خاص ضروری تعلق نہیں ہوگا؟۔ کیا ان میں مختلف طبایع کی راسخ الخیالی اور ترقی پذیری کے اوصاف عیاں نہیں ہوتے؟ (گو مغالطہ لگنے سے اکثر تبدیلی کو ہی ترقی سمجھا جاتا ہو) کیا ہم ایسے دو گروہ نہیں دیکھتے۔ جن میں سے ایک اگر مسلمہ امور کے سامنے بلا تکلف سر جھکا دیتا ہے۔ تو دوسرا ہر ایک بات کے لئے دلیل طلب کرتا ہے اور دلیل نہ پانے پر اس کی تعمیل سے انکار کر دیتا ہے؟ گویا نہ صرف

حکومت اور مذہب کے قوانین سے ہی بلکہ سماج کے رسوم سے بھی نافرمانبردار ہو کر ان کے مختار کل تسلیم کرنے میں اعتراض کرتا ہے۔ کیونکہ جو جذبہ ایک سے مخالفت کرنے والا ہے۔ وہی دوسروں پر توکل کرنے میں سدِّراہ ہوتا ہے۔ چونکہ یہ ہر سہ امور اپنے اوامر اور نواہی سے انسانی آزادی میں روکاوٹ پیدا کرنے والے ہیں۔ جن کی اطاعت اور فرمانبرداری میں یہاں خوشنودی اور آئندہ دنیا میں سورگ کا ملنا اور نافرمانی میں یہاں ناراضگی یا قید اور آئندہ نرگ کی پراپتی بیان کی جاتی ہے۔ اس لئے خواہ کسی صورت میں ہوں۔ جو شخص ان میں سے ایک سے رضامند ہے۔ وہ دوسروں سے بھی متفق الرائے ہونے کا مظہر ہوتا ہے۔ اور برخلاف اس کے جو ایک سے مخالفت کرتا ہے۔ وہ سب کا مخالف ہوتا ہے

**بلحاظ آغاز:۔** قوانین سلطنت۔ مذہب اور رسوم کی یکتائی انکے مشترک آغاز سے بھی ثابت ہو سکتی ہے۔ گو موجودہ حالت میں ان کا اختلاف اظہار ان کے توام بھائی ہونے پر یقین نہیں دلا سکتا۔ تاہم ان کی قیود شروع میں ایک ہی ضابطے کی صورت رکھتی تھیں گویا احکام الٰہی۔ قوانین شاہی اور رسوم مجلسی کی جڑ ایک ہی تھی۔ جیسا کہ زمانہ قدیم کی تواریخ کے مطالعہ سے پایا جاتا ہے کہ ابتدا میں معبود حاکم اور آچاریہ ایک ہی ہوتا تھا۔ کیونکہ برھما نہ صرف سرشٹی کے پیدا کرنے والا ہی کہا گیا ہے۔ بلکہ پرجاپتی (راجا) اور یگیہ کا منتظم بھی وہی بیان کیا گیا ہے۔ بہرحال اپنے دعوے کی تصدیق کے لئے ہم پرانی ٹوٹی ہوئی پگڈنڈی کی طرح کا راستہ اختیار کرتے ہوئے استدلال کی خاطر سراغ لگاتے ہیں۔ واقعات شہادت دیتے ہیں۔ کہ نہ صرف ابتدائی حکومت ہی زبردست ہاتھوں میں تھی۔ بلکہ

شاہی اور خدائی کے خیالات کا بھی اسی شخص سے ظہور ہؤا۔ کیونکہ جو لوگ "ممکن" اور "ناممکن" کی تمیز تجربے سے حاصل نہیں کر چکے تھے۔ وہ کسی شخص میں غیر معمولی طاقت دیکھ کر ذرا سا خیال دلانے پر بآسانی اس کو "فوق القدرت" طاقت سے منسوب کر سکتے ہیں۔ چونکہ وہ انسانی شکتیوں کا علم نامکمل سا رکھتے تھے۔ اس لئے جو شخص غیر معمولی جسمانی طاقت یا چالاکی سے کسی ایسی شے کے حصول میں کامیاب ہو گیا۔ جس کے حاصل کرنے یا سمجھنے سے دوسرے اشخاص قاصر رہے۔ وہی ان کو اپنے سے مختلف قسم کی یعنی "نرالی" ہستی معلوم ہونے لگا۔ چنانچہ ابتدائی خدایا دیوتاؤں کی نسبت بھی ایسے ہی عجیب خیالات پائے جاتے ہیں۔ نیز قادر مطلق۔ جبار۔ قہار وغیرہ ناموں سے پکارنا اور مختلف جیوالوں کی قربانی سے اس کا خوش ہونا ثابت کرتا ہے۔ کہ ان میں انسانی وصف موجود تھا۔ مختلف مذاہب کے پرانے قصوں سے یہ بھی پایا جاتا ہے کہ پہلے زمانے میں صفحۂ زمین پر دیو اور جنات بھی رہتے تھے۔ جن کی اولاد نہ صرف انہی کی صورت پر تھی۔ بلکہ انسانی لڑکیوں کو نکاح میں لانے سے معمولی آدمیوں کی سی بھی ہوتی تھی۔ علاوہ ازیں موت اور اس کے بعد کی دنیا کا خیال بھی اُن کا بمقابلہ آجکل کے مختلف تھا۔ جیسا کہ آجکل بھی بعض وحشی اقوام میں مُردوں کے ساتھ انکی اغذیات اوزار و زیورات وغیرہ دبانے سے ثابت ہوتا ہے۔ آقا کے مرنے پر غلاموں کی قربانی اور خاوند کے مرنے پر استری کا ستی ہونا اسی اصول پر مبنی تھا۔ گویا مرنے والا اسی دنیا کے اوصاف سے موصوف قدرے فاصلے پر کسی دوسرے علاقے میں چلا گیا ہے (جس کو مختلف ممالک کے باشندے اپنے اپنے بہشت و دوزخ کی تعریف سے منسوب کرتے ہیں۔ جہاں خاص صورتوں میں زندہ اصحاب کا پہونچنا بھی ممکن

ہو سکتا ہے۔ پس بادشاہ میں غیر معمولی طاقت (جسے فوق القدرت سمجھا جاتا تھا) کی موجودگی۔ دیوتاؤں کا جسم انسانی میں ظہور پذیر ہو سکنے میں اعتقاد زندہ اور مردہ کے فرق سے ناواقفیت اور آئندہ قیامگاہ کی موجودہ سے مشابہت کیا اس نتیجے پر نہیں پہونچاتی۔ کہ "ابتدائی خدا" سردار ہی تھا۔ جو کہ مرنے پر یہاں سے کسی دوسرے مقام پر چلا گیا۔ جہاں کہ وہ اپنے مقلّدوں کو مدت سے لیجانا چاہتا تھا۔ اور جہاں سے وہ اب پھر ان کو لینے کے لئے واپس آوے گا؟

اس مضمون کے ذہن نشین ہونے پر صاف نظر آئیگا۔ کہ اس کی جگہ پر حکومت کرنے والا "خدا کا بیٹا" یا اوس کا اوتار کہلائیگا۔ جیسے کہ مصریوں اور یہودیوں وغیرہ کے بادشاہی ناموں سے ثابت ہوتا ہے۔ اسی طرح پر بہت سے سرداروں کے نقل مکان (انتقال) سے ایک معبود کی پرستش کی جگہ بہت سے دیوتاؤں کی پوجا کا آغاز ہوا۔ اسی امر پر مختلف مقامات اور مختلف اقوام یا خاندانوں کے دیوتاؤں کے مختلف ہونے کا انحصار ہے۔ اسی نقل مکان کے خیال سے ہر شخص اپنی تکالیف میں امداد کے لئے دیوتاؤں کے نام سے پرارتھنا کرتا ہے اسی بات پر ضعوت پریت ماننے کا انحصار ہے۔ ایسے زبردست بادشاہ کے پرلوک گمن کرنے پر قوانین حکومت اور مذہب یعنی ضابطہ جسمانی اور روحانی میں فرق شروع ہوتا ہے۔ کیونکہ بحالت زندگی اس کی غیر حاضری میں اسی کی حکومت کے اعلان کے بموجب اسکا بیٹا جانشین ہوتا ہے۔ بیٹے کے نافرمانبردار واپسی پر اس کے قہر کے شکار ہوتے ہیں۔ اس لئے مرنے کے بعد اس کے احکام جو اس کا بیٹا بیان کرتا ہے۔ مذہبی رسالے یا اخلاقی مضامین کی بیج کیصورت اختیار کرتے ہیں۔ چنانچہ ابتدائی مذہبی کتابوں میں جنگی بہادری کی خوبیاں

ہی بیان کی ہوئی پائی جاتی ہیں۔ اور ہمسایہ اقوام کی بیخ کنی کرنا ہی (جن کیطرف سے "دیوتا" کی نگاہ میں حملہ آور ہونے کا امکان تھا) فرض اعلےٰ قرار دیا گیا ہے۔ یہیں سے سلسلہ وار دونو قسم کی حکومت بتدریج علیحدہ طاقت پکڑتی گئی۔ یعنی جوں جوں تجربہ بڑھا۔ اور سلسلہ علت معلول معلوم ہوُا۔ بادشاہوں سے "فوق القدرت" عنصر کم ہوتا گیا۔ اور بجائے خدا یا خدا کا بیٹا ہونے کے بادشاہ ظلِ الٰہی یا خدا کا نائب کہلایا۔ اور تقدیس ربی بجائے بادشاہ کے اس کے قوانین اور اجلاس سے منسوب ہوئی۔ نیکی اور بدی قانون کی تعمیل اور نافرمانی کا نام ہوُا۔ گو سیاسی آزادی دن بدن شاہی طاقت کو تقدیس خدائی سے پاک کر رہی ہے۔ اور قوانین حکومت کو عوام کی رائے کا نقشہ بنا رہی ہے۔ تاہم آجکل بھی "پارلیمنٹ" کی طاقت کا لا محدود و تسلیم کئے جانا صاف ظاہر کرتا ہے۔ کہ اگرچہ نام کے لئے بادشاہ سے "خدائی" چھِن گئی ہے لیکن چھلکا پھینکنے پر مغز اسی عمل کا ابھی تک موجود ہے۔ اسی طرح مذہبی ضابطہ دن بدن ظاہر و باطن میں دنیاوی اُمور سے پاک اور خدائی تعریف کو انسانی اوصاف (اشکال۔ افعال و جذبات وغیرہ) سے صاف کر رہا ہے۔ کیونکہ جب بادشاہ سے فوق القدرت ہونے کے وصف چھِن گئے۔ تو اس کے احکام سب سے اعلےٰ سمجھنے سے انکار ہونے لگا۔ گویا ابتدائی بادشاہوں کے "مقدس" قوانین سے اس کی علیحدگی ہونے لگی۔ جنہیں کہ زمانے کے ساتھ ساتھ کئی قسم کے مبالغہ آمیز یا جھوٹے قصے بھی شامل ہوتے رہے تھے۔ اسی طرح پر ایک کی تعظیم دن بدن کم ہوتی گئی اور دوسرے کی بڑھتی گئی۔ گو حقیقت میں دونو ایک ہی منبع رکھتے تھے۔ یہ بندگی اور خدائی کا ملاپ چند صدیاں پہلے بھی دیکھنے میں آتا تھا۔ جب کہ پروہت اور قاضی لوگ ہی مجرموں کو سزا کے فتوے دیتے تھے

گواب "قانونِ ترقی" (ایکوہنگ بہوسیام) کے زیر اثر تقسیم محنت کیلئے دو علیحدہ صورتیں اختیار کر چکا ہے۔ جیسا کہ "اخلاق" جو مذہب کی روح رواں تھا۔ اب "عقیدے" سے علیحدہ ہو رہا ہے۔ اور حکومت خود مختلف صورتوں (کنسرویٹو و لبرل) میں تقسیم ہو چکی ہے۔

اسی طرح پر "رسم و رواج" جو ابتدا میں ان کے ساتھ ہی سرچشمہ رکھتا تھا۔ علیحدہ ہو گیا ہے۔ کیونکہ زمانہ قدیم میں "نیک اطوار" سے مراد وہ اظہارِ سلوک تھا۔ جو کہ زبردست اشخاص سے اس کے محکوم عمل میں لایا کرتے تھے۔ کیونکہ "قانون" محض اس کی مرضی اور سارا مذہب اس کو فوق الانسان سمجھنے کا رعب تھا۔ چنانچہ نہ صرف ہمارے عام "القاب" ہی اس کے ناموں سے نکلے ہوئے ہیں۔ بلکہ مروجہ طریق آداب" بھی اسی ابتدائی سجدہ اور پرستش کا بقیہ ہے۔ جو کہ رعایا کیطرف سے اس فوق القدرت انسان کی تعظیم میں کئے جاتے تھے۔

القاب :۔ ابتدا میں لفظ پوجنیہ۔ مہاراج اور شری مان۔ قبلہ و کعبہ وغیرہ خاص بزرگ کے لئے تھا۔ مگر اب عام پر عاید ہو رہا ہے۔ رام۔ کرشن و نارائن وغیرہ جو اصلی نام تھے۔ اب ہم ان کی "جے" بلا کر آداب کے طور پر ہر ایک سے کلام میں لاتے ہیں۔ اور عوام کے ناموں سے بطور اظہار عزت کے ان کا سمبندھ کرتے ہیں۔ گویا معزز اصحاب کے نام ہی عزت کے معنوں میں دوسروں کے نام سے منسوب کئے جانے لگے۔ مالک۔ مخدوم حضور۔ خداوند وغیرہ الفاظ جو بادشاہ کے لئے مخصوص تھے۔ اب ہر ایک عہدہ دار کے لئے برتے جاتے ہیں۔ تاکہ ان کی خوشنودی حاصل کی جا سکے :۔ ع خوشامد ہر کرا گفتی خوش آمد

علاوہ ازیں اپنے تئیں "آپکا داس"۔ "تابعدار"۔ "نیازمند" کمترین وغیرہ اور دوسرے کے لئے "آپ کی قدمبوسی۔ نیاز و درشنوں کا ابھلاشی ظاہر کرنا"

گو اب ہم معنی ہو گئے ہیں۔ لیکن زمانہ قدیم میں سچ مچ عمل میں آتے تھے۔ چونکہ درمیانی زمانے میں کمزوروں نے زبردستوں کی خوشنودی حاصل کرنے کے لئے استعمال کرنے شروع کر دیئے۔ اور اب کثرتِ استعمال سے اپنا اصلی مفہوم کھو بیٹھے۔ لفظ "تم" جو جمع کا صیغہ ہے۔ اسی عزت کا اظہار ہے جو کہ زمانہ قدیم میں اعلےٰ ترین شخصیت کو دی جاتی تھی۔ مگر اب اتنا عام ہو گیا ہے۔ کہ بےعزتی کا مظہر ہونے سے لفظ "آپ" کو جگہ دے رہا ہے

آداب:- اس رسم کا "عبادت اور فرمانبرداری" سے ظہور پکڑنا لفظ "آداب" کے مفہوم سے ہی ثابت ہے۔ کیونکہ "آ- داب" کہنا ہی ظاہر کرتا ہے۔ کہ میں "ساشٹانگ ڈنڈوت" لیٹ رہا ہوں۔ تو آکر دبا لے۔ "بندگی" کا لفظ "خدائی" کے بالمقابل ہونے پر دلالت کرتا ہے۔ "نمستے" شبد کا پرمانا کے لئے استعمال ہونا برسوں تک آریہ سماج اور سناتن دھرمی اصحاب کے لئے مضمون زیر بحث رہا۔ سلسلہ گفتگو کو چھوڑ کر اس کے عملی پہلو کیطرف دیکھیں۔ تو "پاؤں سے ننگے ہونا" نہ صرف موسےٰ کے آتشیں خدا کا ہی فرمان تھا۔ بلکہ اب بھی مندر یا دربار میں جانا اور بزرگوں اور گورو کی تعظیم کا اظہار جوتا کھول کر ہی ہوتا ہے۔ دیوتاؤں کے چرنامرت لینے میں "دائیں ہاتھ کو منہ تک لیجانا" اور "بدن کو سامنے کیطرف جھکانا" بطور عزت کے بادشاہوں سے عمل میں لایا گیا۔ اور اب یہی رسم عوام کے سلام کی ہے۔ کہ جھک کر کھلا ہاتھ چہرہ کیطرف لایا جاتا ہے۔ گویا "پوجا نے" "آداب" کا روپ بدلا۔ یہی رسم مختصر ہو کر دوستوں کے باہم ملنے پر ہاتھوں کی لہروں کا جلوہ دکھاتی ہے۔ چونکہ فتحیاب بادشاہ مغلوب کو زمین پر لٹا کر پاؤں سے روندا کرتا تھا۔ اس لئے قدمبوسی کرنا گویا اپنے تئیں زمین پر ڈال کر پامال کئے جانے کو تسلیم کرنے اور اس کو غالب ماننے پر دلالت کرتی ہے۔ "پیری پونہ" لفظ کہنا اصلی عمل

کا بھی اظہار ہے۔ جھک کر سلام کرنا اسی کا اختصار ہے۔ گردن جھکانا اس سے
بھی مختصر عمل ہے۔ جو کہ ایسے اصحاب سے ملنے پر کام میں لایا جاتا ہے۔ جن کی
فرمانبرداری ایک قسم کی تحقیر سمجھی جاتی ہے۔ گویا اسی جھکاؤ کے کم و بیش ہونے
پر اظہار عزت کا انحصار ہے۔ اسی لئے پوجا اور نماز میں ہر شخص حد سے زیادہ جھکنے
کیطرف میلان رکھتا ہے۔ "کھڑا ہونا" جو جگہ چھوڑنے کے معنوں میں تھا۔ اب
عام ادب کی علامت ہے۔ ایسے ہی "دست بستہ" ہونا حاکم کے مقابلے آنیکا مظہر
ہے۔ مطلب مختصر یہ کہ جو سلوک بادشاہ کے روپ میں خدا کے لئے لازمی تھے۔
ان کا ہر ایک سے برتنا "نیک اطوار" کہلاتا ہے۔ بڑوں کی عزت کرنا۔ بوڑھے اور
مرشد دونو کے لیے لفظ "پیر" کا استعمال۔ پرماتما کو "آدی پتا" کہنا اسی ایک حقیقت
کے مظہر ہیں۔ کسی کے تعریف کرنے پر خاص شے اس کے نذر کر دینا عملی طور پر
اسی امر کا اظہار ہے۔ کہ میرا تمام مال آپ کا ہی ہے۔ غرض شائستگی کے تمام
"الفاظ و اعمال" اس امر پر دلالت کرتے ہیں۔ کہ یہ دوسرے کو "سرو شکتی مان"
تسلیم کرنے پر اظہار اطاعت کے لئے تھے۔ جس سے ثابت ہوا۔ کہ ہر قسم کی
حکومت شروع میں ایک منبع رکھتی تھی۔ اور مذہبی سیاسی اور مجلسی ضابطے
ایک ہی تنے کی تین شاخیں ہیں۔ جیسے نمرود (یا ہرناکش) اپنی "خدائی" کے
زمانے میں نہ صرف اپنی رعایا کے جھگڑوں کا فیصلہ کرنے کے لئے "قانون
ساز" ہی تھا۔ بلکہ اس کا "رعب" غلاموں کو اپنی "پرستش" کرنے کے لئے بھی
مجبور کرتا تھا۔ گویا اس کے "زبانی قانون" کی طرح اس کے "مسلمہ مسائل"
تعلیم مذہب کا کام دینے لگے۔ اور اس کے فرمان کے بموجب اسکی "اطاعت"
کا کئے جانا رسوم مجلسی کا بنیادی پتھر ہوا۔ انہی کی ترقی ہو کر مذہبی۔ سیاسی۔
اور مجلسی علوم کے گرنتھ بن گئے۔ اول الذکر کی حدود میں اگر آخرت کا خوف
دلا کر کسی پر حملہ کرنے کی نیت کو روکنا تھا۔ تو دوسرے کا کام بظاہر کسی پر
حملہ کرنے والے کو سزا تجویز کرنا تھا۔ اور تیسرا ان بیشمار چھوٹی چھوٹی مخرب

اخلاق باتوں پر (جو کہ سرکاری طور پر خفیف ہونے سے "سیاسی قانون" کی حد سے باہر رہتی ہیں) ملامت اور تنبیہہ کا کام دیتا تھا۔ گویا ملنے جلنے والے اصحاب کے تعلقات کو بہتر بنانے کے لئے "عارضی حکومت" کا مظہر ہوتا تھا۔ پس نہ صرف ان کے ظہور کے مبدا بلکہ "عمل" میں بھی اِن کی توحید ذاتی کے اشارے پائے جاتے ہیں :-

**بلحاظِ ضرورت :-** اگر ان کی "ضرورت" کے مضمون پر غور کیا جائے۔ تو وہ بھی ان کے مشترک ہونے کی ہی مظہر ہے۔ کیونکہ وحشیانہ حالت سے مجلسی صورت اختیار کرنے پر انسانی فطرت تقاضا کرتی ہے۔ کہ اس کی خودغرضانہ بدلگامی کو روکا جاوے۔ چونکہ لڑائی اور شکار وغیرہ میں ہمیشہ دوسروں کو اپنی راحت کے لئے قربان کرنا اس کی سرشت میں داخل ہو چکا تھا۔ اور ایسا ہی وصف اس کو ورثے میں ملا تھا۔ اس لئے مجلسی حالت اختیار کرتے وقت اس میں ترمیم اور تبدیلی کرنی لازمی تھی۔ کیونکہ یہ عادات اسکو ہمیشہ مقابلے کے خطرے میں مبتلا رکھتی تھیں۔ خواہ الفاظ میں ہو یا اعمال میں چھوٹی باتوں میں ہو یا بڑی باتوں میں اس کی فطرت حملہ آور تھی۔ اِس لئے اس کو ضابطے میں لانے اور ابتدائی اتحاد کو قایم کرنے کے لئے سخت قوانین کی ضرورت تھی۔ یعنی ذرا سی حکم عدولی کرنے والوں کے لئے زبردست، غصہ ور، بیرحم بادشاہ اور نافرمانبرداروں کے لئے سخت ہولناک ڈرا دینے والا عقیدہ مذہب اور بزرگوں کے لئے خودوں کی طرف سے غلامانہ اطاعت کا جذبہ درکار تھا۔ چنانچہ اسی لئے پرانے زمانے کا قانون بےرحمی کرنے والا۔ مذہب دوزخ کے خوف دلانے والا اور رسوم کی پابندی نہایت تنگ کرنے والی تھی۔ جہاں کہیں برخلاف اس کے قانون میں نرمی آ گئی۔ وہیں قاتلوں۔ ٹھگوں۔ چوروں اور ڈاکوؤں کی کثرت ہو گئی۔ مذہبی اثر کے کم ہوتے ہی حکومت خطرے میں پڑی اور رسوم سے لاپرواہی

انقلاب حکومت یعنی بدامنی کا باعث ہوئی۔ چنانچہ اب بھی جن امور پر سوسائٹی کا کوئی قاعدہ عمل نہیں کرتا۔ وہیں جھگڑے ہوتے نظر آتے ہیں جیسے کہ تماشا گاہوں کے دروازوں پر۔ یا شہر کے گلی محلوں میں ؛

بلحاظ عملی طاقت :۔ چنانچہ اسی مشترک ضرورت کیوجہ سے یہ ہمیشہ کام بھی یکساں طاقت سے کرتے رہے ہیں۔ اگر آزادی پسند مہذب ممالک میں ان کا زور بالکل کم ہو جاتا ہے۔ تو نیم وحشیوں سے درمیانی درجے کا اور وحشی آبادی میں حد سے سخت سلوک ہوتا ہے۔ گذشتہ زمانے کے بادشاہی درباروں کے سلام کے طریقے کا اہل یوروپ کی "صاحب سلامت" سے مقابلہ ہو۔ یا ذاتوں کی تمیز اور ان کی رسوم کی پابندی شخصی یا جمہوری حکومت اور مذہبی نرک و دوزخ کے "توہمات" کا مغربی "معقولات" سے موازنہ کیا جائے تو کائنات کے سلسلۂ ترقی میں اپنا درجہ خود بخود روشن ہو جاتا ہے۔ اور گذشتہ پچاس سالہ ہندوستانی ترقی کو دیکھیں۔ تو ان کی سختی میں اس زمانے سے بتدریج کمی بھی یکساں ہوئی نظر آتی ہے۔ چنانچہ ایک طرف اگر برہمنوں کی عظمت۔ ذات پات کے توہمات اور دوزخ کے خیالات کم ہو رہے ہیں۔ تو اس کے ساتھ ہی سیاسی قوانین "بھی" مساوات "کے اصول پر سوراجیہ" کی منزل کو نزدیک لا رہے ہیں۔ اور سلام دعا۔ القاب۔ آداب میں خفیف۔ پرتکلف ضیافتوں کی جگہ "نانِ شیراز" کی تعریف اور رسم و رواج کی زنجیر ڈھیلی ہو رہی ہے۔ درینحالات یہ تعلقات اتفاقیہ نہیں ہو سکتے۔ شریف افسروں کا بہ لحاظ اپنی آزاد پسندی کے دوسروں کی آزادی سے ہمدردی رکھنے کیوجہ سے ان کے "حضور حضور" کہنے میں بدمزگی کا احساس اور خوشامدانہ پیرائے سے نفرت کا اظہار۔ برہمنوں کے ہردے میں اچھوت جاتیوں کے شدھ کرنے کا جذبہ پیدا ہونا اور ادنیٰ جاتی کے اصحاب کو حقارت سے استعمال کرنے سے نفرت کرنا اسی "روحانی حس" (ہمدردی) کے

پیدا ہونے پر دلالت کرتا ہے۔ جو کہ ظالمانہ حکومت کی مخالفت اور ہر دلعزیز گورنمنٹ کی طالب ہوتی ہے۔ ہر ایک امر میں" مذہبی سند" سے لاپرواہ ہو کر اس کی جگہ" عام پسند" کو ترجیح دیتی ہے

بلحاظ فنا ہونیکے۔ ان کی ضرورت کی یکساں کمی اس امر سے بھی ظاہر ہوتی ہے۔ کہ ان ہر سہ ضوابط کی ظاہری رسوم کے معنے بھی ایک ساتھ ہی فراموش ہوتے ہیں۔ اور بیجان لاشوں کی طرح مقلدین کے گلے میں بوجھ بنتے ہیں۔ جیسے مالا پھیرنا۔ برت رکھنا۔ توبہ کرنا۔ جنیو چوٹی کی قدر۔ سکھوں کے پانچ ککّے وغیرہ جو ایک وقت میں خاص معنے رکھتے تھے۔ اب فضول ہو رہے ہیں۔ جسطرح" رائے صائب" رکھنے والے علم کی جگہ خوشامدی دولتمندوں کا" رائے صاحب" کہلانا۔ برھم کو جاننے والے کی جگہ باورچی کا" برہمن" بننا۔ سر کاٹنے والی تلوار کی جگہ بال تراشنے والے اُسترے کا کام کرتے ہوئے حجام کا" راجہ" کہلانا۔ کاشتکاری میں مصروف ہوتے ہوئے اپنے تئیں کشتری یا راجپوت" بیان کرنا وغیرہ امور جیسے ہو رہے ہیں۔

گو رسم و رواج دو مختلف باتوں کے مظہر ہیں کیونکہ اگر" رسوم" سے مراد ان اعمال سے ہے۔ جو کہ ہمیں دیگر اصحاب کے سمبندھ میں کرنے پڑتے ہیں۔ یعنے ہمارے اس" چلن" کی ہدایت کرتے ہیں۔ جس کا تعلق براہِ راست ہمارے ہمسائے پر پڑتا ہے۔ تو" رواج" ان امور کیطرف اشارہ کرتا ہے جو ہمیں اپنے سمبندھ میں چھوٹے چھوٹے کام کرنے پڑتے ہیں۔ یعنے ہمارے جس" چلن" کا اثر ہماری اپنی ذات پر پڑتا ہے۔ اور ہمسایہ کو صرف دیکھنے سے تعلق ہوتا ہے) تاہم ان کا ماخذ ایک ہی ہے۔ کیونکہ" رسوم" اگر اُس چلن کی نقل کا نتیجہ ہیں۔ جو کہ رعایا کی طرف سے زبردست اصحاب کے ساتھ عمل میں لایا جاتا تھا۔ تو" رواج"" بڑے اصحاب کے اپنے چلن کی نقل سے شروع ہوتا ہے۔ یا ایک اگر القاب و آداب کا نام ہے۔

جو طاقتور کے لئے استعمال ہوتے تھے۔ تو دوسرا طاقتور کی عادات اور صورت کا اختیار کرتا ہے۔ چنانچہ وحشیوں کا اپنے بدن پر ایسے نشانات بنانا جو کہ لڑائی میں زخموں سے ہوتے ہیں یا ہاتھوں پر مہندی لگانا گویا خون سے رنگے ہوئے معلوم ہوں۔ عورتوں کا سر پر "چونک" نامی زیور پہننا جو کہ ملکہ کے تاج سے مشابہت رکھتا ہے۔ درباریوں کا بادشاہ کی نقل میں گردن ڈھانپنا۔ ہندوستانی نوجوانوں کا انگریزوں کی تقلید میں پتلون اور کالر۔ نکٹائی پہننا وغیرہ امور" رواج کی حقیقت" کے مظہر ہیں۔ چونکہ پہلے سرداروں کے "اوصاف اعلےٰ کی نقل کرنا" ہنر سمجھا گیا۔ وہی بتدریج صرف "نقل" ہونے سے اُن کے اوصاف ادنےٰ کی نقل بن گئی کیونکہ کچھ زمانہ گذرنے پر بجائے "ذاتی اوصاف کی بدولت" ہر قسم کی عہدہ داری یا سرداری حاصل کرنے کے ان کی "اولاد" ہونا ہی سردار ہونے کے لئے کافی سمجھا گیا۔ جیسے برہمن کا بیٹا ہونے سے ہی برہمن مانا جانے لگا۔ اس لئے "عقلی عمل" کی پیروی کی جگہ "خلاف عقل فیشن" (رواج) نے لے لی۔ گویا فضول خرچی۔ کاہلی اور اوباشی وغیرہ نامعقول امور رواج میں داخل ہو گئے۔ بھگوت گیتا ادھیائے تیسرا شلوک نمبر ۲۱:-

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः ॥

स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥

بمصداق ع جو چال تم چلے وہ زمانے میں چل گئی

زمیں پر ذرا پاؤں رکھنا سنبھل کر ؛ اگر چال بگڑی تو بگڑا چلن بھی۔

| بلحاظ غیر ضروری ہونے کے :- | آخر الامر یہ کہ ہر قسم کی پابندیاں جس طرح بلحاظ منع فعل سے خاص ضرورت کو پورا کرنے۔ یکساں طاقت سے عمل میں |
|---|---|

آنے اور فنا ہونے کے "توحید ذاتی" کا اظہار کرتی ہیں۔ ویسے ہی ان کا باہمی رشتہ اس امر سے بھی ثابت ہوتا ہے۔ کہ یہ "غیر ضروری" بھی ایک

ساتھ ہی ہو جاتی ہیں۔ کیونکہ "مجلسی تادیب" نے ادنےٰ فطرت کو دبانے اور اعلےٰ کی نشوونما کرنے سے جو انسانی ساخت یا فطرت میں تغیرات پیدا کئے ہیں۔ وہ بتدریج بڑھتے ہی جائیں گے۔ گویا "جس طاقت" نے جھگڑالو۔ آدم خور اور بھوتوں کی پوجا کرنے والوں کو انسانی ہمدرد۔ امن پسند اور توہمات سے متنفر بنایا ہے۔ وہ آیندہ نسل انسانی میں ان کی نسبت ایسے ہی اعلےٰ اوصاف پیدا کرے گی۔ جیسے کہ ان میں اپنے بزرگوں کی نسبت اعلےٰ تر ہیں۔ کیونکہ جن اسباب سے یہ نتائج نکلے ہیں وہ تا حال بھی عمل میں آرہے ہیں۔ اور اوس وقت تک برابر جاری رہیں گے۔ جبتک کہ "انسانی خواہشات" اور "مجلسی ضروریات" میں ہم آہنگی نہ ہوگی۔ اور ان کی ساخت متحد رہنے کے لائق نہ بدل جاویگی۔ گویا جسطرح اب "آدم خوری" کا منع کرنا غیر ضروری ہے۔ اسی طرح بتدریج قتل اور چوری وغیرہ کی ممانعت بھی بے سود ہو جائیگی۔ یعنے جوں جوں انسانی فطرت اخلاقی قانون سے ہم آہنگی حاصل کرتی جائے گی۔ اُتنے ہی قوانین تعزیرات اور آیندہ کے روچک بھیانک قصے کم ہوتے جائینگے۔ اور باہمی چلن کی درستی اور دوسروں کی اپنی جیسی قدردانی کرنے پر رسوم و تکلفات بے ضروری ہو جائیں گے۔ بھگوت گیتا ادھیائے چھواں۔

شلوک نمبر ۲۹ सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि

ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥

ترجمہ:- یوگ یکت آتما سب کو یکساں دیکھنے والا سب بھوتوں میں آتما کو اور آتما کو سب بھوتوں میں دیکھتا ہے

| | |
|---|---|
| سنچار یفارمر یا سنیاسی:- | ہم موحد ہیں ہمارا کیش ہے ترک رسوم ملتیں جب مٹ گئیں اجزائے ایماں ہو گئیں |

چونکہ ہر قسم کی روکاوٹ یا پابندی کا "آغاز" طاقت کے رُعب سے ہوتا ہے۔ اور انجام "آزادی (موکش)" کے پیمانہ سے ہوتا ہے جو کہ

بس کی جڑ کھوکھلی کرتی رہتی ہے۔ اس لئے مصلحِ اصحاب کا "رسم ورواج" کی قید سے بالاتر ہونا ان کی اس فضیلت کا مظہر ہوتا ہے۔ جو کہ مذکورہ بالا قانون پر مبنی ہے۔ کیونکہ ایک گروہ اگر "زبردستی" کا حمایتی بن کر حکومت کی بزرگی کا دعوے کرتا ہے۔ پرانے رسوم و اعتقاد سے وابستہ رہتا ہے۔ مذہبی رسوم اور مجلسی تکلفات کا قائل ہوتا ہے۔ تو دوسرا گروہ قانون مروجہ سے بالاتر سچائی پا کر سیاسی آزادی کو وقتاً فوقتاً حاصل کرتا۔ مذہبی اصلاح کا معتقد ہوتا اور رسم ورواج کی تصحیح میں سعی کرتا ہے۔ گویا سچے "رِلیفارمر" کے لئے کوئی حکومت کوئی مذہب نکتہ چینی سے مبرا نہیں۔ جب تک کہ وہ انسانی مساوات پر مبنی نہیں ہو۔ وہ شعبدہ بازی کی جگہ معقولات کو دیکھنا چاہتا ہے۔ ہر ایک کو اپنے اپنے مذاق کی راحت حاصل کرنے میں یکساں آزادی کا خواستگار ہوتا ہے۔ اور کسی قسم کی پابندی کو روا نہیں رکھتا۔ جبتک کہ دوسروں کے ویسے ہی عمل میں مخل نہ ہو۔ خواہ شخصی حکومت ہو یا جمہوری۔ اگر اس کے جائز حقوق یا عملی آزادی میں سدِّ راہ ہوگی۔ تو وہ اس کی صحت سے منکر ہوتا ہے۔ جو کوئی زبردستی سے اس کو خاص لباس پہننے یا خاص طریقۂ سلام سے پیش آنے کے لئے مجبور کرتا ہے۔ وہ اس کی انتہی ہی مخالفت کرتا ہے جتنی کہ خرید و فروخت کی حدود قایم کرنے یا خاص عقیدہ چننے کے لئے مجبور کرنے والے کی)۔ خواہ وہ قوانین کونسل سے بنائے جائیں یا سوسائٹی سے۔ خواہ ان کی نافرمانی سے قید کی سزا ہو یا تنبیہ و ترشروئی اور سوسائٹی سے اخراج کی۔ وہ کچھ پروا نہیں کرتا۔ وہ باوجود سزا کے خوف کے اپنے عقیدے کو ظاہر کرے گا۔ اور کینہ وریا ظلم کرنیوالی مجلسوں کو توڑیگا۔ ہاں اگر اس کا عمل ہمعصروں کیلئے ایذا رساں ثابت کیا جائیگا۔ وہ فوراً اس سے توقف کریگا۔ اور اپنی روش بدل لیگا۔ لیکن جب تک اس کی کارروائی کو خلاف عقل یا خلاف انصاف

ثابت نہ کیا جائیگا۔ وہ اس پر برابر قایم رہیگا ؎

آزادی پر اعتراض :- گو بعض اصحاب اس کے عمل کو خلافِ انصاف و شرافت کہتے ہیں۔ کہ وہ اپنے خام خیالات سے لوگوں کو تکلیف دیتا ہے۔ اور دوسرے کو پُر تکلف القاب و آداب نہ کرنے سے بے عزت کرتا ہے۔ جس سے وہ بُرا مانتا ہے۔ اس لئے اس کے اصلاحی کام اس کی خود غرضی کے مظہر ہوتے ہیں۔ لیکن اس کا جواب یہ ہے۔ کہ اگر اس طرح پر ہر شخص دوسرے کی روش سے تکلیف مانیگا۔ تو کسی قسم کی آزادی بھی قایم نہیں رہ سکتی۔ ہر شخص کو عوام کی رائے کی زیادہ پروا کرنی ہوگی نہ کہ اپنی رائے کی۔ جس کا نتیجہ مہادیو اور پاربتی کے بیل پر چڑھنے کیطرح کسی صورت میں بھی خاطر خواہ نہیں ہوگا۔ بقولیکہ

بعذر و توبہ تواں رستن از عذاب خدا
ولیک نتواں از عذابِ مردم رست

نیز اس خیال سے تو دنیا میں کسی قسم کا تغیر نہیں آنا چاہیئے خواہ وہ وحشیانہ زمانہ ہو یا موجودہ روشنی کا۔ خواہ مذہبی انقلاب ہو یا ملکی۔ کیونکہ کسی کے "تعصب" پر ضرب آئیگی اور کسی کے "جذبۂ حکومت" پر۔ جس امر کو کوئی اہلِ عقل گوارا نہیں کر سکتا۔ پس کسی کو "فرضی ایذا" (جو کہ اس کے ہی خیال سے تعلق رکھتی ہے) دینے سے درگذر کر کے "حقیقی ایذاء" (جس کو ہر شخص یکساں محسوس کرے) سے ہی بچانا ضروری ہے مصلح ہمیشہ "مصنوعی پابندیوں" کی نافرمانی کرتا ہے نہ کہ قوانین قدرت کی۔ اس لئے عوام کا غضب اس پر صرف اس لئے پڑتا ہے کہ وہ اس "بت" کی پرستش نہیں کرتا۔ جو سوسائٹی نے ملکر قایم کیا ہے "مصنوعی پابندی" وہی ہے۔ جو کہ ایک زمانے اور ایک ملکی حصے میں موجود ہوتی ہے۔ دوسروں میں نہیں۔ مثلاً خاص لباس یا رسوم

یا قوانین و مذہب سے دلچسپی وغیرہ۔ مگر قدرتی روش وہ ہے۔ جو کہ ہر زمانے میں ہر شخص کو منظور ہوتی ہے۔ پس حقیقی آزادی کا نتیجہ صرف یہ ہوگا۔ کہ "اظہار نمائش" کی جگہ "اظہار فطرت" لیگا۔ یا نفرت انگیز یکتائی کی جگہ ہر دلعزیز اختلاف جگہ پائیگا۔ اگر کوئی کہے۔ کہ وہ اپنی رضا پر دوسرے لوگوں کے جذبات قربان کرتا ہے تو وہ کہتا ہے۔ کہ یہ اپنے تئیں دھوکا دے رہے ہیں۔ کیونکہ وہ صرف اپنی ہی عادات کا مالک بننا چاہتا ہے۔ اور یہ اپنی شخصیت پر اکتفا نہ کرتے ہوئے دوسروں کی عادات کے بھی مالک بننا چاہتے ہیں۔ اور جب وہ اپنی آزادی قایم رکھنے کے لیئے کوشش کرتا ہے۔ تو غراتے ہیں۔ حالانکہ وہ ایسا کرنے میں نہ صرف اپنی ہی آزادی کو قایم رکھتا ہے۔ بلکہ ان کے لیئے بھی مفید ہوتا ہے جو کہ درحصل غلامی میں مبتلا ہیں۔ اور نہیں جانتے۔ کہ درحقیقت غلام ہیں۔ جن زنجیروں میں بندھے ہیں۔ ان کو ہی بوسہ دیتے ہیں۔ ساری زندگی جیلخانہ میں گذارتے ہیں اور پھر شکایت کرتے ہیں۔ کہ اس کی دیواریں گرائی جارہی ہیں۔ وہ جانتا ہے۔ کہ اُس کے اِس روش کو قایم رکھنے پر ہی وہ اس کے مشکور ہوں گے۔ گو ذرا دیر میں جبکہ سچی آزادی کا رس پائینگے۔

چونکہ یہ دستور ہے۔ کہ عوام اپنے پُرانے خیالات سے دلچسپی اور نو ایجاد خیالات کے برخلاف تعصب رکھتے ہیں۔ بمصداق:۔

یوں تو اے صیاد! آزادی میں ہیں لاکھوں مزے
دام کے نیچے تڑپنے کا تماشا اور ہے۔

اِس لئے بغیر خیال نیک و بد مصلح پر اعتراضوں کی بوچھاڑ سے نفرت کا اظہار کرتے ہیں۔ گویا ہر ایک اصلاح کی مخالفت لازمی ہے۔ خواہ وہ کتنی ہی بُری بات کی نسبت کیوں نہ ہو؟ چونکہ مصلحان کا بھی فرض ہے کہ جتنی ضروری اصلاح ہو۔ اسی نسبت سے کوشش کا اظہار کریں۔ اس لئے اندرونی سچائی کی طاقت کے بھروسے پر وہ بالکل نہیں گھبراتا۔ کہ

کوئی شخص اس کے خیالات کے برخلاف کیوں زہر اُگل رہا ہے؟
"خلافِ دستور" عمل کرنے پر ایک یہ اعتراض ہوتا ہے۔ کہ ایسی چھوٹی چھوٹی باتوں کی اِصلاح میں شکتی خرچ کرنے سے بڑی اصلاحیں رہ جائینگی کیونکہ لوگ اپنا مخالف سمجھ کر عملاً آپ کی تحریر و تقریر سے فائدہ نہیں اُٹھائینگے۔ لیکن ان کو معلوم رہے۔ کہ یہ مجلسی امور جن سے ہر شخص غلط ہونے پر بھی دلچسپی لیتا ہے۔ در حقیقت چھوٹے نہیں۔ بلکہ بہت بڑے ہیں۔ مگر جب مجموعی حیثیت سے دیکھے جاتے ہیں۔ تب اُن کی حقیقت کھلتی ہے۔ گویا تمام تکالیف۔ اخراجات۔ حسد و رنج۔ غلط فہمی۔ وقت اور راحت کا نقصان جو ان رسوم پر قربان ہوتا ہے۔ وہ کسقدر ہے؟ مثلاً ایک طرف اگر زیورات وجہیز۔ شرادہ و کریا کرم یعنی بواہ اور موت وغیرہ پر فضول خرچی جو صرف نمایش کی غرض سے ہوتی ہے۔ اکثر مقروض اور دیوالیہ کر دیتی ہے۔ تو دوسری طرف فیشن کے بھوکے جنٹلمینوں کا بیرونی لباس اور مکان کی آرایش وغیرہ کچومر نکال دیتی ہے۔ جس سے صاف ظاہر ہے۔ کہ یہ امور ایسے معصوم نہیں۔ جیسے کہ پرتیت ہوتے ہیں۔ علاوہ ازیں مجلسی تکلفات باہمی میل جول کے بھی مخالف پڑتے ہیں۔ مثلاً کوئی شخص خواہ کتنا بھی شاستروں کی رموز کو کیوں نہ سمجھتا ہو۔ لیکن صرف "برہمن" کے گھر نہ پیدا ہونا اس کی عزت اور تقدیس پر پانی پھیر دیتا ہے۔ جس سے ودیا کے ادھکاریوں کو اکثر سخت نقصان پہونچتا ہے۔ کیونکہ "ادنےٰ جاتی" کے گھر جنم لینے سے وہ "ویاس گدی" کا مستحق نہیں سمجھا جاتا۔ دیگر امر یہ ہے۔ کہ یہ رسمی اخراجات اعلےٰ درجہ کی تعلیمگاہیں اور لائبریریاں بنانے میں سدِ راہ ہونے سے دوسری خرابی کا باعث ہوتے ہیں۔ کیونکہ اعلےٰ خیال اصحاب کی صحبت سے محرومیت کیوجہ سے عقلی اور مذاقی تربیت نہ ہونے سے حقیقی راحت نصیب نہیں ہو سکتی۔ سچی ہمدردی کی عدم موجودگی میں صورت آشناؤں سے نمایشی بات چیت

کیسی پھیکی اور بدمزہ ہوتی ہے۔ ایسا ہی مہمانوں سے تکلّف کا نتیجہ ہوتا ہے۔ کسی "پُرتکلف" مجلس سے چھُوٹتے ہی پرماتما کا شکریہ ادا کیا جاتا ہے۔ مطلب یہ ہے۔ کہ "راحت" ایسی لطیف شے ہے۔ جو کہ تکلفات کے جال میں نہیں پھنستی۔ مگر صرف بے تکلفی یا آزادگی سے مل سکتی ہے۔ جبتک کہ ہم تکلفات کے جال اوٹھائے رہتے ہیں۔ وہ بھاگ جاتی ہے۔ کیونکہ جتنی ضروریات زیادہ بڑھتی ہیں۔ اتنا ہی ان کا پورا کرنا مشکل ہوتا جاتا ہے۔ پس مجلسی تعلقات کی راحت بھی جتنی سادگی سے مل سکتی ہے اتنی پیچیدگی سے نہیں۔ جب حقیقی ضروریات کے اکٹھا کرنے میں ہی کافی دقت ہوتی ہے۔ تو پھر بھلا فروعی امور کا تو ذکر ہی کیا؟

**بلحاظ طریق تعلیم:۔** اسی طرح پر تمام ضابطوں کا حال ہے۔ خواہ شروع میں وہ کتنے ہی راحت بخش تھے۔ مگر ان کے لگاتار پابند ہونے کا نتیجہ ہمیشہ رنج دہ ہوتا ہے۔ کیونکہ انسانیت ترقی پذیر ہے اور وہ ساکن۔ اس لئے دن بدن بے جان ہوتے جاتے ہیں۔ حتےٰ کہ نقصان دہ بننے لگتے ہیں۔ حکومت کی پُرانی صورتیں ایسی تکلیف دہ ہو جاتی ہیں۔ کہ مصیبت کے بدلے بھی بدل لیجاتی ہیں۔ ایسے ہی پُرانے مذاہب کا اعتقاد کام دیتا ہے۔ جو کہ ترقی کا مخالف بنتا ہے۔ یہی حال پُرانے طریقۂ تعلیم کا ہے۔ غرضیکہ خلافِ قدرت کوئی پابندی ہو۔ وہی بجائے مفید ہونے کے تکلیف دہ ہوتی ہے۔ حتےٰ کہ بغیر سچّی محبت کے جو مختلف تیوہاروں پر "میلا" بھی ہوتا ہے۔ وہ گویا فونوگراف کے ساتھ ملے ہوئے بائیسکوپ کی تصاویر کا تماشا ہی ہوتا ہے۔ اسی حقیقت کے انبھو کرنے سے ہر ایک شخص باطن میں "رسوم ظاہری" سے دق ہو رہا ہے۔ لیکن "پابندی" کمبل کیطرح چھوڑنے میں نہیں آتی۔ بغیر علت غائی کو سمجھنے کے کسی کام میں دلچسپی نہیں ہو سکتی۔ اس لئے یہ "رسوم" جو کسی خاص مقصد کو مدنظر رکھ کر جاری کی گئی تھیں۔

مگر اب اس کو چھوڑ کر خانگی کاروبار کی سہولیت اور شادی وغیرہ کے مضامین حل کرنے کے کام میں لائی جاتی ہیں۔ بچے کے کپڑے جوان کو پہنانے کیطرح دل تنگی کا باعث کیوں نہ ہوں؟ اسی تکلیف کیوجہ سے ان پر تمسخر اُڑایا جاتا ہے۔ اور یہی انقلاب کی پہلی علامت ہے۔ لیکن یہ اکیلے شخص کا کام نہیں۔ بلکہ مل کر کرنے سے کامیابی کا باعث ہوتا ہے۔ گویا اس پہلو (طریق تغیر) میں بھی یہ "رسم ورواج" کی حکومت (جو ہمارے عادات واطوار ڈھالتی ہے) دیگر اقسام کی حکومتوں سے مشابہت رکھتی ہے۔ گویا مذہبی یا سیاسی انقلاب بھی اکیلے شخص کا کام نہیں ہوتا۔ اسی لئے عوام میں پرچار کر کے اپنا ہمراے بنانا ضروری ہوتا ہے۔ کیونکہ جب تک درحقیقت اس کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس وقت تک مٹائی نہیں جا سکتی۔ اور ضرورت ختم ہونے کے بعد وہ رہ نہیں سکتی۔ لیکن یہ یاد رہے۔ کہ دراصل یہ "انقلاب" نہیں ہوتا۔ بلکہ "خود مختاری (بے لگامی) کو بتدریج کم کیا جاتا ہے۔ اور اپنے تئیں پا بہ زنجیر کرنے والوں کی "بُت پرستی" سے احتراز کا اظہار ہوتا ہے۔ کیونکہ اس تغیر صورت میں صرف "توہمات" کا ہی پردہ اُٹھتا ہے۔ نہ کہ اُس "انصاف" کا۔ جو کہ عین موزون صورت میں نمودار ہوتا ہے۔ مطلب مختصر یہ کہ "اچھے دان" دینے سے انسان جسقدر "سوسائٹی" کی بحالت اختیار کرتا ہے۔ اُتنا ہی وہ آزاد ہو سکتا ہے۔

**نتیجہ:۔** مذکورہ بالا مضمون سے ناظرین پر بخوبی روشن ہو گیا ہوگا۔ کہ ان کا "نمائشی غرض سے زیورات پہننا یا دیگر رسمی اخراجات کا پورا کرنا نہ صرف ان کی فضیلت کا ہی مظہر نہیں۔ بلکہ سلسلہ ترقی میں یقینی طور پر اُن کے ادنےٰ ہونے کا ثبوت ہے۔ جس سے رہائی پانے کے لئے ان کا فرض ہے۔ کہ وہ ہر ایک امر کی حقیقت کو سمجھ کر اس پر عمل پیرا ہوا کریں۔ جیسے کہ "بھگوت گیتا" کا اوپدیش سُننے کے بعد ارجن نے یدھ میں

حصّہ لیا تھا ؎

(۵) روزانہ اخراجات کو یاد رکھنے یا مقابلہ کرنے کے لیے ایک کاپی پر لکھتے رہنا چاہیئے۔ تا کہ فضول خرچی کا پتہ لگ سکے۔ اور ہر ہفتے اس پر ایک دفعہ پھر غور کریں۔ گویا فضول اخراجات پر سُرخ نشان لگا کر آیندہ کے لیے ان سے محتاط ہونے کا ارادہ کر لیں۔ تو تھوڑے عرصے میں ہی درستی ہو جانی ممکن ہے ؎

(۶) ہر ایک شے حتّے الامکان نقد دام دے کر خرید کرو۔ کیونکہ اگر اودھار لینے کی عادت ہو جاتی ہے۔ تو حساب ماہواری سے بیشتر اکثر انسان کو خیال ہی نہیں آتا۔ کہ کونسی اشیاء بلا ضرورت منگوائی گئی ہیں۔ جو کہ نقد پیسے دینے پر نہ خریدی جاتیں ؎

(۷) ہر شے کو خریدتے وقت اس کی قیمت اور وصف کا خیال کرنا چاہیئے۔ مثلاً تین روپیہ کا قیمتی جُوتا اگر چھ ماہ کے لئے کافی ہو اور چار روپیہ کا سال بھر کے لئے۔ تو بہتر ہے کہ چار روپیہ والا خریدا جاوے۔

(۸) نیلام خانے یا بازار میں بغیر ضرورت کبھی نہیں جانا چاہیئے۔ کیونکہ جو لوگ ایسی اشیاء خرید لیتے ہیں۔ جن کی اُن کو دراصل ضرورت نہیں ہوتی۔ وہ اکثر ضروری اشیاء سے محروم رہتے ہیں۔ بقولیکہ ؎

ابلہے کو روزِ روشن شمع کافوری نہد
زود باشد کش بشب روغن نباشد در چراغ

(۹) کسی منشی شے کے استعمال سے پرہیز رکھو۔ کیونکہ اس سے نہ صرف روپیہ ہی بلکہ صحت اور عقل کا بھی نقصان ہوتا ہے ؎

(۱۰) بجائے کسی کی ضمانت میں آنے کے بہتر یہ ہے۔ کہ اگر اپنے پاس کافی سے زیادہ روپیہ ہے۔ تو خود ہی اپنے پاس سے دیدو ؎

(۱۱) "نہیں" کا لفظ استعمال کرنے کی جگہ کا خیال رکھو۔ کیونکہ اکثر

اشخاص خاص حالات میں اپنے ارادے سے خرچ کرنا نہیں بھی چاہتے تاہم دیگر احباب کے کہنے پر "نہیں" نہیں کر سکتے۔ اور بے موقع خرچ کرنیسے مُبتلاءِ مصیبت ہوتے ہیں ۔

(۱۲) اپنی اولاد کو عقلی دلایل اور عملی تربیت سے بھی کفایت شعاری (نہ صرف روپیہ کی۔ بلکہ وقت کی بھی) کی فضیلت اور اس کے فوائد ذہن نشین کرانے چاہئیں۔ نہ کہ صرف فضول خرچی سے جبراً منع کرنے پر ہی اکتفاء کیا جائے کیونکہ آخر الذکر صورت میں تو وہ آپ کے ہاتھ سے رہائی پاتے ہی فضول خرچ ہو جائینگے۔ لیکن اول الذکر حالت میں نہ صرف زندگی بھر خود ہی بلکہ دیگر لواحقین کو بھی کفایت شعاری کے فوائد سے آگاہی دیکر فیض بخش ثابت ہوں گے۔ اور آپ کا نام بخیر یاد رکھیں گے۔ لیکن یہ خیال رہے۔ کہ کفایت شعاری کہیں کنجوسی کی شکل نہ اختیار کر لے۔ کیونکہ فضول خرچی کی طرح یہ بھی رذیلت کا ہی درجہ رکھتی ہے۔ بقولیکہ :-

بخیل اور مُسرف ہیں محروم دونو
کہ دولت کو کرتے ہیں معدوم دونو

گویا یہ امر ہر وقت یاد رکھنا چاہیئے۔ کہ جمع شدہ روپیہ کو کسی بُرے یا غیر ضروری کام میں خرچ کرنا اتنا ہی گناہ ہے جتنا کہ نیک یا ضروری کام میں خرچ کرنے سے رُک جانا۔ مگر اس مضمون کی بالتفصیل ماہیت "ویراگ" کے بیان میں ظاہر کی جائیگی۔ یہاں صرف ان طریقوں کا ذکر ہے۔ جن کو عمل میں لا کر آپ اپنی آمدنی کو زیادہ اور خرچ کو کم کرنے سے نہ صرف بآسانی قرضخواہ سے ہی سرخروئی حاصل کر سکتے ہیں۔ بلکہ قرضے کی تمام تکالیف سے آزاد ہو کر امن سے اپنی زندگی گزارتے ہوئے مندرجہ ذیل فواید سے بھی مستفید ہو سکتے ہیں :-

(۱) سود کے روپیہ کی بچت (۲) معاملات روپیہ سے بفکری اور آزادگی

(۳) تمام لواحقین سے "خوش آمدید" - گویا ہر ایک ملنے والا آپ کی عزت کریگا۔ درانحالیکہ آپ کے مقروض ہونے کیصورت میں وہ آپ کی صورت دیکھنے سے بھی بیزار ہوگا (۴) اخلاقی اوصاف یعنی خودداری وغیرہ کا ترقی پانا۔ (۵) کٹنبے بھر میں شانتی اور اطمینان کی موجودگی (۶) محتاجوں کی حاجت روائی کرنے کے قابل ہونا۔ ایک فلاسفر کا کلام ہے۔ کہ جس شخص کا تو محتاج ہے۔ اس کا تو اسیر ہے۔ اور جو تیرا محتاج ہے۔ اس کا تو امیر ہے۔ علاوہ ان دو باتوں کے باقی سب کا تو نظیر ہے۔ بقول شخصے :-

زہد و تقویٰ ئے چیست اے مردِ فقیر ۔۔۔ لا طمع بودز سلطان وامیر

آنکہ شیراں راکند روبہ مزاج ۔۔۔ احتیاج است احتیاج است احتیاج

**روپیہ جمع کرنے کے متعلقہ رموز**

چونکہ دماغی قوا کی ترقی ہونے پر انسان میں دور اندیشی کی بھی ایک صفت پیدا ہو جاتی ہے۔ جو کہ حیوانات اور جنگلی اشخاص میں بہت کم پائی جاتی ہے۔ جن کا حلقہ خیال ماضی کیطرح زمانہ حال سے آگے بھی بہت تھوڑی دور تک جاتا ہے۔ چنانچہ بہت تھوڑے جانور ہوں گے۔ جن کو بھوک کی حالت میں پیٹ بھرنے کے علاوہ دوسرے وقت کا بھی خیال ہو۔ چہ جائیکہ دوسری نسل کا؟ گو شہد کی مکھیوں اور چیونٹیوں وغیرہ میں یہ وصف نمایاں معلوم ہوتا ہے۔ مگر ان کی نگاہ بھی سال چھ مہینے تک ہی بمشکل پہونچتی ہے۔ حالانکہ برخلاف ان کے ایک مہذب انسان جس طرح تواریخی واقفیت کی بدولت ہزاروں بلکہ لاکھوں برسوں کے گذرے ہوئے بزرگوں سے اپنا تعلق باندھکر ان کی خوبیوں پر ایسا فخر کرتا ہے۔ گویا اس کی اپنی ذات سے ہی عمل میں آئی ہیں۔ ویسے ہی آئندہ زمانے کے لحاظ سے بھی کئی نسلوں تک کا فکر کرتا ہے۔ اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ جس طرح پہاڑی پگڈنڈی کے مسافر کو نگاہ کا اتنی دور تک پھیلانا کہ اس کو اپنے پاؤں کے سامنے کا خیال نہ

رہے۔ گڑھوں میں گرانے کا باعث ہونے سے نہ دیکھنے کے برابر ہوتا ہے۔
اسی طرح پر حد سے زیادہ دُور آگے تک سوچنا عقل کا ایک غلط استعمال
ہے۔ جو کہ عوام النّاس کو اپنی موجودہ حالت سے لاپرواہ بنا کر غیر معتدل
روش اختیار کراتا اور اُس کے مضر نتائج بُھگتاتا ہے۔ لیکن اِس امر سے
بھی کسی کو انکار نہیں ہو سکتا۔ کہ حیوانوں کیطرح شکم پُری کے خیال تک
ہی محدُود نگاہ رکھنے والے بھی حدِ اعتدال تک نہ پہونچنے کے باعث سخت
تکالیف اُٹھاتے اور مقصد حقیقی کے حصول میں ناکامیاب رہتے ہیں۔
اِس لئے بدیں خیال کہ "ممکن ہے۔ کمانیوالا شخص کسی وقت بباعث
مرض وغیرہ کاروبار سے علیحدگی کے لئے مجبور ہو جاوے۔ تو اس صورت
میں بصورت عدم موجودگی سرمائے کے لازمی ہوگا۔ کہ ضروریات زندگی
کے لئے قرضہ لیا جاوے۔ اور اِس کے متعلقہ مصائب کا شکار ہونا پڑے"
ہر شخص کے لئے ضروری ہے۔ کہ بوقتِ حادثات کام میں لانے کے لئے
کچھ نہ کچھ سرمایہ جمع بھی کرتا رہے۔ بقولیکہ :-

مور گرد آورد بہ تابستاں .... تا فراغت بود زمستانش

ورنہ یہ تکالیف بہ الفاظِ دیگر اسی پاپ کا نتیجہ ہونگی۔ جو کہ روپیہ جمع نہ کرنے
کیصورت میں کیا گیا ہے۔ مطلب مختصر یہ کہ اگرچہ اہلِ عرفان (سوشلسٹ)
امیروں کی خونخواری دیکھ کر شخصی جائداد بنانے کے سخت مخالف ہیں۔
لیکن جب تک وہ مساوات کا زمانہ آوے۔ اوسوقت تک روپیہ کا
ناجائز وسایل سے جمع کرنا جتنا گناہ سمجھا جاتا ہے۔ اِتنا جائز وسایل
سے نہ جمع کرنا (یا جمع کرنے کی کوشش نہ کرنا) بھی "پاپ" سمجھنا چاہیئے۔
چنانچہ اسی مطلب کیلئے گذشتہ زمانے کے لوگ علاوہ اس کے
کہ لُوٹے جانے کے خوف سے زمین میں روپیہ کو دفن کر چھوڑتے تھے۔
یا تو زیورات وغیرہ بنوا رکھا کرتے تھے یا دیگر اشخاص کو سُود پر دے چھوڑتے

تھے۔ لیکن زمانہ حال میں امن و تجارت کا راج ہونے سے اِن سب طریقوں کی نسبت رقم کو محفوظ رکھنے اور اس سے فائدہ اُٹھانے کی غرض سے مستند اور معتبر بینکوں میں سُود پر یا خاص حصہ منافع پر جمع کرانا بہترین معلوم ہوتا ہے۔ جس کے لئے دلایل مندرجہ ذیل ہیں :-

(۱) فرض کرو۔ زید نے دوسو روپیہ کا زیور بنوایا۔ جس کی بنوائی میں اس کو پانچ روپے ادا کرنے پڑے۔ عرصہ ایک ماہ کے بعد اتفاقاً اس کو ایک سو روپیہ کی ضرورت پیش آگئی۔ جس کی وجہ سے اس کو زیورات گرو رکھنے پڑے۔ حسب دستور دو سو روپیہ کے زیور کے عوض سو روپیہ بشرح سود ایک روپیہ ماہوار قرض لئے۔ اور سال بھر کے بعد اس کو ایک سو بارہ روپیہ دیکر خلاصی پائی۔ اور دوسری ضرورت کی آمد پر زیورات کو فروخت کیا۔ تو ایک سو نوّے روپے بہ مشکل ہاتھ آئے۔ کیونکہ کچھ تو سونا گھس گیا اور کچھ سُنار صاحب کے ٹانکے لگانے کا کھوٹ کھل گیا۔ جس امر کو مدنظر رکھ کر پنجابی مثل ہے۔ کہ "مایا سنیار کی اور شوبھا سنسار کی"۔

(۲) اور بکر نے دوسو روپیہ سیونگ بینک میں جمع کرا دیئے۔ مذکورہ بالا مثال کی طرح عرصہ ایک ماہ بعد ایک سو روپیہ واپس لے لیا۔ اور پھر سال بھر کے بعد بحساب چار آنہ فیصدی ماہوار سود سمیت ایک سو تین روپیہ آٹھ آنے اور لیلئے۔ جس سے اس کے پاس کل رقم دو سو تین روپیہ آٹھ آنے ہو گئی۔ حالانکہ زید کے پاس دو سو روپیہ میں سے بارہ روپیہ سُود اور دس روپیہ کمی فروخت یعنی بائیس روپیہ نکالنے پر ایک سو اٹھتر روپیہ باقی رہ گئے۔ اور پانچ روپیہ زیورات کی بنوائی علیحدہ گئی۔ گویا صرف ایک مہینہ زیور پہننے کے جُرم میں صرف دو سو روپیہ کے نقطہ نگاہ سے مبلغ تیس روپیہ آٹھ آنے ایک سال کے بعد جرمانہ ہو گیا۔ اور مقروض ہونے کی دیگر تکالیف علیحدہ رہیں +

علاوہ ازیں بچوں کو زیور پہنانے پر مختلف قسم کی وارداتوں کا ہونا اور عورتوں کا زیورات کی بدولت ریل وغیرہ کے سفر میں لُوٹے جانا یا غفلت سے کھو دینا ایک عام باتیں ہیں۔ جن سے کہ تقریباً ہر ایک شخص واقف ہوگا۔ یہ تو نتیجہ ہے زیورات بنوانے کا۔ اب سنئے دوسرے شخص کو قرض دینے کا:۔

"ب"۔ کیونکہ اوّل تو مقروض سے روپیہ اوس وقت نہیں ملسکتا جبکہ اپنے تئیں ضرورت ہو۔ دیگر۔ بعض اوقات اسامی روپیہ دینے سے ہی منکر ہو جاتی ہے۔ جس سے عدالتیں جھانکنے یعنی مقدمے کرنے کی بنیاد بندھ جاتی ہے۔ گویا بجائے ضرورت کیوقت روپیہ حاصل کرنے کے اُلٹا اور خرچ لگانا پڑتا ہے۔ اور حاضر عدالت ہونے کے لئے سفر کی مصیبتیں بصورت سفر برداشت کرنی پڑتی ہیں۔ ورنہ رقم سے صبر کرنا پڑتا ہے۔ عجب تشویش کا عالم ہوتا ہے۔ پرماتما نہ کرے کہ کسی کو مقدمہ کرنے کی نوبت پیش آئے۔ جن کو اس مصیبت سے پالا پڑا ہے۔ وہی اس کی مکمل حالت سے واقف ہوسکتے ہیں۔ کہ کس طرح ناواقفی کیصورت میں علاوہ خوراک و رہائش کی تکالیف کے عملۂ کچہری کی خوشامدیں اور منتیں کرنی پڑتی ہیں۔ اور بحالات مجبوری جھوٹ اور رشوت کا بازار گرم کرنا پڑتا ہے۔ چنانچہ آخر الذکر امر کی بدولت کچہری کی ادنےٰ ملازمت میں بمقابلہ بالائی آمدنی کے تنخواہ کا تو کچھ خیال ہی نہیں کیا جاتا۔ چپڑاسی تک فخریہ لہجے میں اپنی اس غیر واجب حرکت کو فخریہ بیان کرتا اور باعث عزت سمجھتا ہے۔

غرض یہ ہے۔ کہ جن کا مُنہ تک نہ دیکھنا ہو۔ اُن کے پاؤں چومنے پڑتے ہیں۔ اور فیصلہ ہونے تک باربار تاریخوں کا پڑنا اور اکثر اوقات حاکم کا دورے میں بہت دُور کسی گاؤں میں ہونا جس پر وکیلوں کی فیس

اور پھر عدالت اعلےٰ میں اپیل ہونے پر اکثر نچلی عدالت کے احکام کی منسوخی علیحدہ بیچین کرنیوالی بلائیں ہیں۔ حتّے کہ بعض شخص تو گردشِ زمانہ سے صرف عدالت دیوانی کے اخراجات کی برداشت کے ناقابل ہونے کے باعث مقدمہ نہیں کرسکتے۔ اور رقم سے محروم رہتے ہیں۔ غالباً انہی تکالیف کا باعث ہونیسے ایسی عدالت کو "دیوانی" (مخبوط الحواس) کا نام دیا گیا ہے۔ تیسرا امر یہ بھی ممکنات سے ہے۔ کہ مقروض مرجاوے اور رقم سے جواب ہو۔ ایسی صورت میں اسامی کی موت کا ذکر سُن کر گویا ساہوکار کی بھی جان جاتی ہے۔ اور موجودہ زمانے میں تو خصوصیت سے یہ عمل اور بھی بدمزہ ہو گیا ہے۔ جبکہ کاشتکاروں کے متعلقہ خاص قوانین بھی اس قسم کے بن چکے ہیں۔ کہ اکثر باوجود ڈگری حاصل کرنے کے بھی رقم کا حاصل کرنا امر محال ہوتا ہے۔

برخلاف ان ہر دو طریقوں کے بینک میں روپیہ جمع کرانے سے ہر قسم کی آزادی رہتی ہے۔ جب ضرورت ہوئی۔ روپیہ لے لیا۔ ورنہ سود یا منافع تو ہر حالت میں ترقی پاتا ہی رہتا ہے۔ نیز قومی بنکیوں کی موجودگی پر ہی مجموعی تجارت کی ترقی کا انحصار ہے۔ جس سے ملکی دولت بڑھ سکتی ہے۔ کون نہیں جانتا؟ کہ ملکِ ہندوستان ایک تجارتی جماعت "ایسٹ انڈیا کمپنی" کی ہی بدولت انگلستان کے قبضے میں آیا ہے۔ اور آج کل بھی انہی ملکوں کا بول بالا ہو رہا ہے۔ جو کہ اپنی تجارت کو فروغ دے رہے ہیں۔ جیسا کہ جرمنی اور جاپان وغیرہ کے حالات سے ظاہر ہے ۔

علاوہ ازیں ایسی مہذب سوسائٹیوں کا ممبر بننے میں روپیہ دینا بھی جمع کرنے کی ایک بہترین صورت ہے۔ جو کہ مختلف قسم کے حادثات یا مرض بڑھاپے اور موت وغیرہ کی آمد پر امداد دینے کا وعدہ کرتی ہیں۔ کیونکہ نہ صرف اس سے دیگر محتاجوں کی ضروریات کو پورا کرنے سے "دان"

کا ہی پھل ہوتا ہے۔ بلکہ اپنی تکالیف کی آمد کا بھی احتمال بہت کم رہ جاتا ہے۔

مفید اشارات:۔ اسی سلسلے میں چند ایک خاص دیگر امور بھی ظاہر کر دینے ضروری معلوم ہوتے ہیں۔ جو کہ ہر شخص کو یاد رکھنے مفید ہوں گے:۔

اولاً یہ کہ دولت کا پیدا کرنا اور دولتمند ہونا دو مختلف باتیں ہیں۔ جن میں سے ایک کا دوسری سے براہِ راست بہت کم تعلق ہے۔ چنانچہ صرف اسی ایک رمز کو نہ جاننے کیوجہ سے اکثر قابل اشخاص اپنی زندگی ایسے نکمے طور پر روپیہ جمع کرنے میں ضائع کر دیتے ہیں۔ کہ باوجود لکھ پتی ہونے کے بھی وہ اپنی عمر میں ایک پیسہ پیدا نہیں کرتے۔ گویا صرف اُدھر سے اِدھر کرنے یا جواریوں کیطرح بھائیوں کے ساتھ روپیہ سے کھیلنے میں ہی مصروف رہتے ہیں۔ کیونکہ جہاں دھن پیدا کرنے سے مراد صرف اس کو "قدرت[1]" سے حاصل کرنے سے ہے۔ وہاں جمع کرنے کے معنے علاوہ ازیں ان اشخاص سے لینے سے بھی ہے۔ جو کہ دولت پیدا کرتے ہیں۔ یعنی علاوہ ان کی خدمات بجا لاکر بطور معاوضہ حاصل کرنے کے چوری، ٹھگی اور جوا وغیرہ کے ذریعہ بھی دولت جمع کیجا سکتی ہے۔ گویا اول الذکر عمل میں اگر صرف اپنی محنت اور قابلیت سے ہی فائدہ اُٹھایا جا سکتا ہے۔ تو دوسری صورت میں اکثر مکاری۔ چالبازی اور زبردستی وغیرہ ناواجب طریق بھی کام میں لائے جاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے۔ کہ جس ملک میں دولت پیدا کرنے والوں کی نسبت اس کے

[1] دولت کی منبع ہونے کے سمبندھ میں "قدرت" سے مراد اس کے عطیات (زمین، جنگل، پہاڑ، آبشار، سمندر، گرمی، بارش، کشش ثقل وغیرہ) اور منش کی شکتی (جسمانی و دماغی) سے ہے۔ کیونکہ جس طرح ماتا پتا کے ملنے سے اولاد کا ظہور ہوتا ہے۔ ویسے ہی مادے اور شکتی کے خاص طور پر ملانے سے "دولت" کا ظہور ہوتا ہے

جمع کرنے کے شائقین کی تعداد زیادہ ہوجاتی ہے۔ وہاں نہ صرف افلاس و قحط کا ہی دَور دورہ رہتا ہے۔ بلکہ چونکہ برخلاف دماغی اور جسمانی طاقتوں کے (جن کی ایک کے پاس زیادتی ہونے پر دوسروں کو کسی قسم کی کمی کا احتمال نہیں ہوتا) مادی اشیاء کا یہ بھی خاصہ ہے۔ کہ ایک کے پاس زیادہ جمع ہونے پر دوسروں کے پاس کم ہوجاتی ہیں۔ اس لئے سامان زندگی کے حصول کے لئے تمام قوم میں باہمی کشمکش اور جدو جہد اس درجے تک بڑھ جاتی ہے۔ کہ بھائی بھائی اور باپ بیٹے میں خونریزی تک کی نوبت آجاتی ہے۔ جس خانہ جنگی کا نتیجہ یہ ہوتا ہے۔ کہ دیگر اقوام انکو لقمۂ تر سمجھ کر بآسانی نگل جاتی یعنی مطیع کرلیتی ہیں۔ اس لئے ہر شخص کو علاوہ دنیاوی لذات کے خیال کے اپنا قدرتی حق "آزادی" قایم رکھنے کے لئے بھی لازمی ہے۔ کہ وہ نہ صرف اپنی شخصیت کا ہی خیال رکھے بلکہ اپنے فرائض متعلقہ وطن کی ادائیگی یعنی "قومی دولت" کے بڑھانیکو بھی نظر انداز نہ کرے۔ جسکے زیر اثر اسکی شخصیت کے سکھی یا دُکھی ہونے کا انحصار ہے

**فرائض متعلقہ وطن :-** اس امر میں کسی کو سندیہہ نہیں ہو سکتا۔ کہ مرد و عورت کا فرض نہ صرف اپنے ہی مذاق کا خیال رکھنا ہے۔ بلکہ اپنے لواحقین یا کُنبے کا خیال رکھنا بھی لازمی ہے۔ چونکہ ہمارا ملک صرف ایک بڑا بھاری کنبہ ہی ہے۔ جس سے کہ ہم سب تعلق رکھتے ہیں۔ اس لئے ہر شخص کا فرض ہے۔ کہ وہ اپنے ملک کا سب سے اعلےٰ خیال رکھنے میں غافل نہ رہے۔ کہ جس طرح زمین کا سورج کے گرد گھومنا اس کے اپنے گرد گھومنے کے متضاد نہیں ہے ویسے ہی ملکی بہتری کا خیال بھی کسی طرح سے ہماری اپنی یا کنبے کی بہتری سے متضاد نہیں ہے۔ کیونکہ اگر ہم اپنے اور کنبے کے متعلقہ فرائض کو صحیح طور پر سمجھتے ہیں۔ اور اس پر عمل کرتے ہیں۔ تو ٹھیک اسی عمل

میں ہم بھارت ماتا کی سیوا کر رہے ہوتے ہیں۔ گویا بھارت ماتا کی پرنتا ہی اس عمل میں ہے۔ کہ اس کا ہر ایک بیٹا اپنے فرائض کو ادا کرے۔ لیکن چونکہ بلحاظ مُلکی۔ شخصی۔ یا کُنبے کے فوائد کے ہر شخص کا پہلا فرض یہ ہے۔ کہ وہ اپنے جسمانی اور دماغی قواء (جو کہ اس نے پیدائش سے حاصل کئے ہیں) کو ان تمام موقعوں پر جو کہ ان کے استعمال کے لئے پیش آویں بہترین طریقے پر عمل میں لاوے۔ اس لئے نہایت ضروری ہے۔ کہ ہم بچپن سے ہی اس کام کیطرف جھکیں۔ جو کہ ہمارے عین موزون ہو۔ کیونکہ کام تو ہر ایک کو کچھ نہ کچھ کرنا ہی ہے۔ اس لئے بہتر یہی ہے۔ کہ وہ کام کریں جو کہ ہم عمدہ ترین کر سکتے ہیں۔ کون کہہ سکتا ہے۔ کہ کاشتکار کے پیدائشی اوصاف رکھنے والا شخص ایک کلرک کا کام کرنے سے اپنا بہترین عمل کر رہا ہے۔ علے ہذالقیاس ایک مضبوط پٹھوں والا شخص جو کہ لوہار کے کام کے موزون ہے۔ اپنے لئے اور دُوسروں کے لئے اسی صورت میں بہترین ثابت ہو سکتا ہے۔ جبکہ وہ اپنا کام کرے نہ کہ درزی کے کام سے۔ وجہ یہ کہ اوّل تو موزون کام کرنے والا ہی شخص اُس کو بہ آسانی اور بعمدگی کر سکتا ہے۔ جو کہ خلافِ طبع حالت میں مُشکل اور خراب صورت میں ہوتا ہے۔ نیز عمدگی اور آسانی سے کئے جانے والا ہی کام ہم کو راحت اور اطمینان دے سکتا ہے۔ اس لئے وہی شخص نسبتاً شانتی کی زندگی گذارتا ہے۔ جو کہ بچپن سے اپنے سوبھاؤ کے انوسار کام چُنتا ہے۔ بمقابلہ اس شخص کے جو کہ خلافِ طبع کام میں لگتا ہے۔ دیگر جو شخص ایسا کام کرتے ہیں۔ جس کے کہ وہ موزون نہیں ہیں۔ وہ اپنے تئیں نقصان پہونچانے کے ساتھ ہی ملک کو بھی نقصان پہونچاتے ہیں۔ کیونکہ ہر شخص سمجھ سکتا ہے۔ کہ جس طرح ایک سوئی کے کام کے لائق عورت کو برتن ملنے پر لگانے سے یا باورچی کو دھوبی کا کام دینے سے کُنبے کو

سخت خسارہ ہوتا ہے۔ ویسے ہی قوم کا حال ہے۔ گویا اگر تمام افراد
ناموزون کاموں پر لگائے جائیں۔ تو بڑے گننے یعنے قوم کو سخت نقصان
پہونچتا ہے۔ پس کسی شخص کا ایسا کام کرنا جس کے کہ وہ موزون نہیں
ہے۔ نہ صرف اس کے لیئے ہی نقصان رساں ہوتا ہے۔ بلکہ ملک کو بھی
نقصان پہونچاتا ہے۔ بدینوجوہات ہر شخص کا فرض اولین یہ ہے۔ کہ
وہ حتے الامکان بچپن سے ہی اپنے سوبھاؤ کے موزون کام کی تلاش
کرے۔ اسی لئے بھگوت گیتا ( $\frac{٣ - ١}{٣٥ - س}$ ) میں کہا گیا ہے :-
"اپنے دھرم میں کم توجہی دینا بھی پرائے دھرم میں پوری توجہ دینے سے
بہتر نتیجے کا باعث ہوتا ہے۔ غیر کا دھرم تکلیف دہ ہونے سے اپنے دھرم
میں ہی مرنا بہتر ہے" :-

येयान्स्वधर्मो विगुणः परधर्मात्स्वनुष्ठितात् ॥
धर्मे निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः ॥३४॥

لیکن چونکہ ہمیشہ یہ ممکن نہیں۔ کہ ہر شخص کو اس کے عین خاطرخواہ
ہی کام ملے۔ اس لئے ایسی حالت میں اس کا فرض ہے۔ کہ وہ اسی
کام کو کرے۔ جو کہ اس کو مل سکے۔ گویا سُست اور ناکارہ ہرگز نہ رہے "موزونیت"
کا خیال ہمیشہ دو صورتوں میں مقابلہ کرنے پر سامنے رہنا چاہیئے۔ یعنی جب کہ
بیوقوف اشخاص یہ سوچا کرتے ہیں۔ کہ "کیا میرے لئے یہ کام آسان اور
تکلیف دہ ہوگا یا وہ"؟ اس وقت داناؤں کا یہ خیال ہونا چاہیئے۔ کہ "میری
فطرت سے یہ کام زیادہ موزون ہوگا یا وہ"؟ جس سے کہ وہ اپنی بہترین طاقتوں
کو کام میں لا سکے۔ صرف آخرالذکر اصحاب ہی اپنے لئے اور اپنے ملک کے
لئے ٹھیک فرض پورا کرتے ہیں۔ اور اسی عمل (دھرم) سے وہ شخصی کامیابی
کے ساتھ "قومی دولت" بڑھانے میں کامیاب ہو سکتے ہیں۔

قومی دولت :- | قومی دولت سے مراد اُس سرمائے سے ہے۔ جو کہ مجموعی

طور پر افرادِ قوم (امیر و غریب) کے پاس ہے۔ یہ کیوں کر بڑھتا ہے؟ اِس کا جواب دینے سے پیشتر یہ جاننا چاہیئے۔ کہ "دولت" کیا شے ہے؟ سو معلوم رہے۔ کہ اِس میں تمام وہ اشیاء شامل ہیں۔ جن کی انسانوں میں قدر و قیمت ہوتی ہے۔ اور جس کے معاوضے میں ان کو کچھ دینا پڑتا ہے۔ جیسے کھانا۔ کپڑا۔ گھر۔ گھوڑے۔ گاڑی وغیرہ۔ اسی طرح پر مثال کے لئے انسان کی "محنت کی طاقت" ایک دولت ہے۔ کیونکہ لوگ اس کے بالعوض نقدی دیتے ہیں۔ جو کہ خاص مقدار کھانے کپڑے اور ایندھن وغیرہ کے لئے "ٹکٹ" کا کام دیتی ہے۔ ہم نقدی کی قدر اِس کیلحاظ نہیں کرتے۔ بلکہ اس لئے کہ ہم اس کو کسی وقت بھی اپنی مطلوبہ اشیاء سے بدل سکتے ہیں۔ انسان کی "ہوشیاری اور چالاکی" بھی دولت ہے۔ کیونکہ وہ اس کو نقدی سے بدل سکتا ہے۔ ایسے ہی صحت۔ علم و اخلاق وغیرہ دیگر مرغوب و مفید اشیاء کا حال ہے۔ پس دولتمند قوم وہ ہے۔ جس کے افراد ایسی اشیاء بہت زیادہ رکھتے ہیں۔ جن کی کہ لوگ قدر کرتے ہیں اور قیمت دیتے ہیں۔ قوموں کا دولت کی خواہش کرنا بالکل بجا ہے۔ کیونکہ جب وہ دولتمند ہوں گی تو ان کے پاس وہ قابلِ قدر اشیاء زیادہ ہونگی۔ جن کی کہ عوام میں تقسیم کئے جانے کی لوگ ضرورت رکھتے ہیں۔ یہ امر واضح ہی ہے۔ کہ اگر ہزار اشخاص کو کھانا کپڑا اور لکڑی وغیرہ بکثرت درکار ہوں۔ تو ان اشیاء کا بکثرت سرمایہ ہونا ضروری ہے۔ جو کہ ان میں تقسیم کیا جا سکے۔ جتنی یہ اشیاء بکثرت ہوں گی۔ اتنی ہی ان میں زیادہ تقسیم کی جا سکیں گی۔ اس لئے ہر شخص کا فرض اعظم ہے۔ کہ وہ قومی سرمایہ میں ایسی اشیاء کو شامل کرنے کی کوشش کرے۔ جنکی کہ عوام کو ضرورت ہوتی ہے اور قوم کے کام آ سکتی ہیں۔ گویا چونکہ کام کرنے سے نہ صرف انسان اپنے تئیں ہی مدد کرتا ہے بلکہ قومی دولت میں بھی ایزادی کرتا ہے۔ اس لئے اہلِ ملک کے لئے

کھانے کی اشیاء کا زمین سے پیدا کرنا۔ کپڑوں وغیرہ کا تیار کرنا اور ان کے پڑھنے کے لئے کتابوں کا لکھنا قومی دولت کو بڑھاتا ہے۔ اور ایسے کام کرنے والا اپنے ملک کی امداد کرتا ہے۔

ایسے ہی جو اشخاص ملکی دولت کو برباد کرتے ہیں۔ وہ نہ صرف قوم کو ہی نقصان پہونچاتے ہیں۔ بلکہ اپنے تئیں بھی خطرے میں ڈالتے ہیں۔ یہی وجہ ہے۔ کہ ہر شخص کو ہمیشہ دلچسپی سے کام کرنا چاہئے۔ خواہ وہ کسی کام میں لگایا جاوے۔ کیونکہ ملکی دولت برباد کرنے کا یہ بدترین طریقہ ہے۔ کہ دیوار ایسی ناقص بنائی جائے جو قیام نہ پا سکے۔ یا ہل ایسا نکما چلایا جائے۔ کہ فصل مناسب نہ پیدا کر سکے۔ اس لئے جب کبھی ہم کو اپنے لئے یا دوسروں کے لئے خراب کام کرنے کا اشتعال دلایا جائے تو ہمیں صاف انکار کر دینا چاہئے۔ کیونکہ اس سے "قومی سرمائے" میں کمی آتی ہے۔ اور ملک کو نقصان پہونچتا ہے۔ یہ بھی خیال رہے۔ کہ باوجود اس امر کو جاننے کے کہ قومی دولت میں اضافہ کرنا بہترین عمل ہے ہر شخص کو ہر وقت یہی خیال نہیں رکھنا چاہئے۔ کیونکہ صدہا دیگر فرائض اس سے بھی ضروری ہیں۔ گو یہ یاد رکھنا چاہئے۔ کہ کام عمدہ کرنے سے نہ صرف ہمارا اپنا ہی فائدہ ہے۔ بلکہ لواحقین اور قوم کی بھی خدمت ہے۔

علاوہ ازیں گورنمنٹ کے قوانین بنانے میں رائے دیتے وقت بھی ہر شخص کے لئے ضروری ہے۔ کہ قومی دولت کو بربادی سے محفوظ رکھنے

---

ؔ امریکہ کے پریذیڈنٹ گارفیلڈ کی نسبت روایت ہے۔ کہ ایام طالب علمی میں وہ جھاڑو دیتے وقت بھی ویسی ہی احتیاط سے کام لیتا تھا۔ جیسی کہ سبق یاد کرتے وقت۔ اور کہا کرتا تھا۔ کہ جو کام ہم کر سکتے ہیں۔ وہ اچھی طرح بھی کر سکتے ہیں پھر کیا فائدہ ہے! کہ اس میں لاپرواہی سے کام لیکر دوسروں کی نگاہ میں ناپسندیدہ بنیں۔

کا خیال رکھے۔ بلکہ ہر نئے قانون کے علاوہ پرانے قانون کے قایم رہنے کا معیار ہی یہ ہونا چاہیئے۔ کہ اس سے "قومی دولت" کی بربادی تو نہیں ہوتی ؟ کیونکہ ایسا قانون صرف سخت درجے کی ضرورت پر ہی اجازت پا سکتا ہے۔ جبکہ مشکل سے بچنے کا اور کوئی راستہ نہ ہو ؎

**قومی دولت کے بڑھانیکے طریقے:۔**

(۱) عمدہ کارگذاری:۔ مضمون مندرجہ بالا سے صاف ظاہر ہے۔ کہ قومی دولت بڑھانے کے لئے سب سے پہلی ضرورت عمدہ کارگذاری ہے۔ خواہ کسی کام میں انسان کو ڈالا جائے چونکہ اس کا انحصار تجربہ کاری اور ہر پہلو سے علم رکھنے (خواہ مشاہدات و تجربات سے ہو یا کتابوں کے مطالعہ کرنے سے) پر ہے۔ اور کوئی کام یا پیشہ ایسا نہیں جس میں ترقی کی گنجایش نہ ہو۔ اس لئے ہر شخص کو اپنے کام کی دلچسپی سے مشق کرنا اور اس کے متعلقہ مکمل واقفیت رکھنا لازمی ہے۔ اسی سے مختلف قسم کی ایجادیں ظہور پذیر ہوئی ہیں۔ بہت کم اشخاص ہیں۔ جو کہ پیدائشی طور پر مشق اور علم حاصل کرنے کے قواء نہیں رکھتے۔ پس جو ان سے ٹھیک کام نہیں لیتے۔ وہ اپنے اور ملک کے دشمن ہیں ؎

(۲) کفایت شعاری:۔ اپنی طاقتوں کو نشو و نما دینے اور بہترین طریق پر کام میں لاکر ملکی دولت بڑھانے کے علاوہ ایک دوسرا قابل عمل امر "بچت یا کفایت شعاری" ہے۔ کیونکہ ترقی کا مدار اسی پر ہے۔ ریلوے۔ نہریں اور ہر قسم کی تجارت و دستکاریوں کا انحصار سرمائے کے ہونے پر ہی ہے۔ پس خفیف سی رقم کا بچانا بھی قومی سرمائے میں اضافہ کرنا ہے۔ جس سے ہر قسم کا کام بسہولت کیا جا سکتا ہے۔ مزدوروں کو کام میں لگانا اسی امر پر مبنی ہے جو کہ سرمائے کے نہ ہونے سے بیکار رہ کر اکثر مصیبت کا باعث ہوتے ہیں علاوہ ازیں انسان

خود بھی آزادانہ زندگی نہیں بسر کر سکتا جب تک کہ اس کے پاس سو دو سو کی رقم نہ ہو (خواہ اس نے بڑھاپے یا موت وغیرہ حادثات کے لئے اپنی زندگی کا بیمہ بھی کیوں نہ کرا رکھا ہو) ورنہ بصورت بیکاری وہ مالک کارخانہ کے رحم اور مقرر کردہ مزدوری پر رہنے کے لئے مجبور ہوگا۔ گویا اگر مزدوروں کے پاس خاص رقوم جمع ہوں۔ تو وہ کارخانہ داروں سے زیادہ مزدوری لے سکتے ہیں۔ بمقابلہ اس کے جو کہ وہ اب لیتے ہیں ؛

(۳) قومی کارخانے :- چونکہ فردی حیثیت میں کوئی شخص کسی قوم کا مقابلہ کرنے میں کامیاب نہیں ہو سکتا۔ اس لئے دیگر ممالک میں تجارتی فتح حاصل کرنے یعنی تجارتی منڈیاں قائم کر کے اہلِ ملک سے بازی لیجانا صرف اسی صورت میں ممکن ہو سکتا ہے۔ جبکہ بڑے پیمانہ پر قومی کارخانے کھولے جائیں۔ اور ہاتھوں کی جگہ بجلی اور بھاپ کی مشینوں سے کام لیا جائے ؛

اگرچہ یہ شبہ پیدا ہو سکتا ہے۔ کہ مشین اپنے کام کی زیادتی کی وجہ سے مزدوروں کو بیکار رہنے کے لئے مجبور کر دیگی۔ لیکن چونکہ اس کی بدولت اشیاء سستی میسر ہوتی ہیں۔ اس لئے خواہشات بڑھجاتی ہیں۔ اور آدمیوں کو کام برابر کرنا پڑتا ہے۔ قومی کارخانے بھی عموماً

---

ا؎ قومی کارخانوں کے متعلقہ "مزدوروں کا سوسائٹیاں بنانا" اور "سٹرائیک کرنا" بھی مختصراً قابلِ ذکر امور ہیں :-

(۱) سوسائٹی کے فوائد :- چونکہ حادثاتِ مرض و موت وغیرہ کے تفکرات سے بہ نسبت ایک شخص کے کنبے والا آزاد رہتا ہے۔ اس لئے لازمی ہے۔ کہ سماج کا ممبر اس سے بھی زیادہ اطمینان سے رہے۔ کیونکہ اس کی امداد کے لئے بہت سے کنبے تیار رہتے ہیں۔ چنانچہ ایسی ہی اغراض کو مدنظر (باقی حاشیہ بر صفحہ ۱۲۰)

اسی قسم کے ہوتے ہیں۔ مثلاً کھانے کی اشیاء پیدا کرنے کے لئے زمین کی کاشت کرنے۔ کپڑا بُننے۔ چمڑا رنگنے۔ کاغذ بنانے۔ کتابیں چھاپنے۔ گھر بنانے کے لئے لکڑی وغیرہ مہیا کرنے۔ اور بات بنانے

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۱۹) رکھ کر سوسائیٹیوں کی بنیاد رکھی جاتی ہے۔ اسی طرح پر کارخانہ داروں سے اچھی مزدوری لینے یا کام کے گھنٹے کم کرنے کی خواہش میں سوسائٹی مدد دیتی ہے۔ کیونکہ ہر شخص کو اپنی محنت کی مناسب قیمت لینے کا حق حاصل ہے۔ اہل ہند کی مشترک خانہ داری کا ہونا دراصل اسی اصول پر مبنی تھا۔ جو کہ جہالت سے ملکر آجکل مضر نتائج پیدا کر رہا ہے ٭

موجودہ زمانے کی ضروریات کے لحاظ سے سوسائیٹیاں تین قسم کی ہو سکتی ہیں:-

اقسام (ا) "تجارتی اتحاد" کی جو کہ مزدوری کے بڑھانے اور وقت کے کم کرانے کیلئے کارخانے کے مالکوں کو مجبور کرتی ہیں (ب) "مشترکہ دوکان کی" جو کہ تمام ضروریات زندگی کو سستا مہیا کرنے یا عام طور پر فروخت کر کے فائدہ اٹھانے کی غرض سے بنائی جاتی ہیں (ج) "دوستانہ سوسائٹی" جو کہ مرض بڑھاپے یا موت وغیرہ حادثات کے پیش آنے پر امداد حاصل کرنے کی امید پر بنتی ہیں ٭

اصول:- ہر ایک سوسائٹی میں تمام ممبروں کی رائے پر منتخب کی ہوئی ایک کارکن اور انتظامیہ کمیٹی (پرتی ندھی سبھا) چار عہدیدار (پردھان۔ اُپ پردھان۔ منتری۔ اور خزانچی) ٹرسٹیز (جن کے نام سے جائداد یا بینک میں جمع ہو) اور آڈیٹر (حساب کی پڑتال کرنے والا۔ کہ کہیں ناجائز طور پر تو خرچ نہیں کیا گیا؟) ہونے ضروری ہیں۔ علاوہ ازیں انجمن مصالحت (پنچایت) کا ہونا بھی بہتر ہوتا ہے۔ جو کہ باہمی خفیف جھگڑوں کا تصفیہ کرا دے ٭

دیگر امور:- سوسائٹی بنانے سے صرف بیرونی فائدہ ہی نہیں۔ بلکہ اخلاقی فائدہ بھی ہے۔ کیونکہ ہر ایک ممبر دوسروں سے ملکر کام کرنا اور اپنی خواہشات کو متحدہ اغراض کے مطیع کرنا سیکھتا ہے۔ جو کہ ملکی خدمت میں سب سے بڑھکر ضروری امر ہے

صابون۔ تیل۔ بتی۔ ربڑ کی اشیاء۔ شیشے و چینی وغیرہ کی اشیاء مہیا کرنے کے۔ چونکہ ان کے لئے ہر قسم کے آلات کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس لئے دھاتوں کی تلاش و خراش وغیرہ کے بھی کارخانے قائم کرنے پڑتے ہیں۔ علاوہ ان کے ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جانیمیں سہولت کی غرض سے جہاز و ریلوے وغیرہ بار برداری کے سامان کیضرورت ہوتی ہے

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۲۰) کیونکہ یہ بھی ایک بڑی سوسائٹی ہی ہے۔ اہل عقل اپنے گھر میں دیکھتا ہے۔ کہ اگر لوگ باہم ملکر رہنا اور بغیر گڑ بڑی اور بے انتظامی کے کام کرنا چاہیں تو ان کو مقررہ قوانین کے بموجب کام کرنا چاہیئے۔ متحمل مزاج اور مددگار رہتے ہوئے عام کی بھلائی ان کے سامنے رہنی چاہیئے۔ یہی امور بڑے پیمانے پر محب الوطنی کیلئے ضروری ہیں۔ علاوہ ازیں سوسائٹی کے قوانین کی تعمیل ممبروں کو قوانین کی فرمانبرداری سکھلاتی ہے۔ جن کی عدم تعمیل میں سوسائٹی سے علیحدگی کی تکالیف وابستہ ہوتی ہیں (جیسے اصطلاحاً حقہ پانی بند کرنا کہتے ہیں۔ اور ایسے شخص سے روٹی اور بیٹی کے تعلقات قطع کردیتے ہیں) چونکہ سوسائٹی کا مقصد "انسانی مساوات" کو عملی طور پر قایم کرنا ہوتا ہے۔ اس لئے انصاف۔ راستی اور قانون پسندی اس کے افراد کا پہلا اصول ہونا چاہیئے ؛

(۲) "سٹرایک کرنا" :۔ مندرجہ بالا فوائد کے ساتھ "سوسائٹی بنانے" کے کچھ نقصان بھی ہیں۔ مثلاً غیر اشخاص کو زبردستی سے مجبور کرنا کہ وہ بھی ممبر بن کر اون میں شامل ہوں یا غلط طریقوں پر سٹرایک کرنا یعنی اتنی مزدوری طلب کرنا جو کہ کارخانہ برداشت نہ کر سکے۔ کیونکہ زیادہ رقم دینے سے یا تو سرمایہ کا سود یا منافع کم کرنا ہوگا یا اشیائے کارخانہ کی قیمت بڑھانی ہوگی یا نئی اور عمدہ مشین منگوانی ہوگی اور عمدہ انتظام وغیرہ سے بچت زیادہ کرنی ہوگی۔ تاکہ اتنے ہی مزدوروں سے کافی فائدہ اٹھایا جاسکے۔ سوان ہرسہ امور کے متعلقہ یہ باتیں خیال میں رکھنی چاہئیں:۔ اولاً۔ چونکہ کارخانہ دار کو نہ صرف سرمایہ کا سود ہی ادا کرنا پڑتا ہے (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۲۲)

اِس لئے وہ بھی توجہ کو اپنی طرف کھینچتے ہیں - انہی امور کی ترقی پر انگلستان کے کمال کا انحصار ہے - جو کہ گذشتہ پچاس سال میں روئی کے متعلق ہی تقریباً تگنی چوگنی طاقت سے کام لے رہا ہے ؛

المختصر ملکی خادم بننے کے لئے ہر شخص کو مندرجہ ذیل امور کی نسبت بخوبی واقفیت ہونی چاہیئے :- (۱) قومی دولت سے کیا مراد ہے ؟ (۲) اس

---

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۲۱) بلکہ مرمت اور نئی مشینری پر بھی خرچ کرنا پڑتا ہے - اس لئے اگر کافی آمدنی نہ ہو - تو اس کو کام بند کرنا لازمی ہوتا ہے - اس لئے سٹرائیک کرنیوالوں کو پہلے یہ جاننا چاہیئے - کہ سرمایہ دار اپنے سرمایہ کی بازاری قیمت (سود وغیرہ) سے زیادہ منافع اُٹھاتا ہے ؛

دوم :- قیمتِ اشیاء کا بڑھانا اس لئے نامناسب ہوتا ہے - کہ دیگر کارخانوں سے سستی اشیاء ملنے پر لوگ اُدھر سے خریدنا شروع کر دیتے ہیں - جس سے تجارت کو نقصان پہونچتا ہے

سوم :- اگرچہ زیادہ مزدوری سے مزدور خوش ہوتے اور کام زیادہ کرتے ہیں مگر آخر اس کی بھی حد ہے - اس لئے ایسی حالت میں اس طرح پر ممکن ہو سکتا ہے - کہ کچھ سرمایہ پر منافع کم کیا جائے - کچھ قیمت میں اضافہ اور کام میں عمدگی اور زیادتی کی جائے - اگر سوسائٹی کے سرگروہ ان امور کو مدِنظر رکھیں تبھی "سٹرائیک" بارور ہو سکتی ہے ؛

سرمایہ اور مزدوری کا تعلق :- تجارتی سوسائٹیوں نے اپنے ممبروں کو نہ صرف خود حکومتی خود مددی - خود عزتی کی ہی تعلیم دی ہے - بلکہ یہ بھی سکھایا ہے - کہ سرمایہ اور محنت لازم ملزوم حصہ دار ہیں - اگر سرمایہ بغیر محنت کرنے والوں کے کچھ فائدہ نہیں دیتا - تو دوسری طرف محنت بغیر سرمایہ کے مفید نہیں ہو سکتی - اس لئے "قومی دولت" کی ترقی کے لئے ضروری ہے - کہ دونوں مل کر کام کریں - چنانچہ ایک طرف جہاں مزدوروں کا یہ خیال کرنا غلطی ہے - کہ مشین خریدنے سے روپیہ تو پھنسا پڑا ہے - اس لئے ہم (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۲۳)

کے منبع کون کون سے ہیں؟ (۳) اس کی پیداوار و تقسیم کیسے چاہئے؟ (۴) اس کی کم و بیش موجودگی کے نشان کیا ہیں؟ اور ان کے نتائج کیا ہوتے ہیں؟ -

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۲۲) حسب منشا مزدوری لے سکتے ہیں - وہاں دوسری طرف ان کو یہ بھی خیال رکھنا چاہئے - کہ تجارت کی ترقی کے لئے ضروری ہے - کہ سرمایہ دار کو کافی منافع ہو ورنہ تجارت سرد ہونے سے ان کی مانگ ہی جاتی رہیگی - گویا تجارت کی ترقی کے لئے سرمایہ دار اور گاہکوں کی اسمیں دلچسپی پیدا کرنی چاہیئے - برخلاف اس کے اگر سرمایہ دار یہ سمجھے کہ یہ مزدور صرف اسی کام کو کر سکتے ہیں - اس لئے مجبوراً ہمیں آئیں گے - ہم اپنی مرضی کے موافق مزدوری دیں گے - تو یہ اون کی بھی غلطی ہے - کیونکہ اس طرح پر لوگوں کا دل اس کام کیطرف سے ہٹ جاتا ہے - اور کوئی نیا شخص اچھا کام کرنیوالا اسطرف متوجہ نہیں ہوتا جس سے مزدور حسب منشا نہ ملنے سے تجارت کا ناش ہو جاتا ہے - پس سرمایہ دار اور مزدوروں کو مناسب حصہ داری اختیار کرنا ہی ان دونوں کی اور ملک کی بہتری کا باعث ہوسکتا ہے +

المختصر جیسا ڈیوک آف ولنگٹن نے کہا ہے - کہ " واٹرلو کی لڑائی ایٹوں کی ورزشگاہوں میں جیتی گئی تھی " - کیونکہ جرأت - استقلال - فرمانبرداری اور خود ایثاری وغیرہ اعلےٰ اوصاف کرکٹ وغیرہ کھیلوں میں اکٹھے ہو کر کام کرنے سے سیکھے گئے تھے - ویسے ہی ملکی انتظام میں حصہ لینے سے بیشتر ضروری ہے - کہ ہر شخص نے چھوٹے پیمانے پر سوسائٹی کے قوانین کا بخوبی مطالعہ اور تجربہ کیا ہو -

لہ دولت کی زیادتی بالترتیب ان امور سے ظاہر ہوتی ہے (۱) ضروریات کا ہی پورا کرنا (۲) آسودہ حالی سے دن گذارنا (۳) خاطر جمعی کا اظہار (۴) فضول خرچی کا اظہار - (۵) خودنمائی کا جذبہ - اور ان کے خلاف عمل ہونا دولت کی کمی کا ثبوت ہے +

اوم

# دھن کا ویراگ

ے کہئے تات سو پرم ویراگی ॥ ترن سم ہوت تین گن تیاگی (تلسی رامائن)

**ویراگ کی لاعلمی:۔** سنسکرت روپی ماتری بھاشا کے تیاگ سے یوں تو بھارت واسیوں نے "آرین فلاسوفی" کی بہت سی اصطلاحات (مثلاً دھرم - دان - تپ یوگ وغیرہ) کے عملی معنے سمجھنے میں مغالطہ کھایا ہے۔ لیکن جیسی خطرناک غلطی "ویراگ" کے معنے سمجھنے میں کی گئی ہے۔ ایسی اور کوئی نہیں۔ چنانچہ اسی کا یہ ایک نتیجہ ہے۔ کہ باون لاکھ کار آمد انسان بھکھاری بن کر نہ صرف عضو معطل کیطرح بیکار ہی ہو رہے ہیں۔ بلکہ ایک طرف تو مہلک رسولی کی طرح قوم کے جسم سے خون چوس رہے ہیں۔ اور دوسری طرف فخریہ لہجے میں اپنے تئیں "ویراگی" ظاہر کرتے ہوئے زہریلی تعلیم کا بیج بو رہے ہیں جس سے ناتجربہ کار چھوکرے اِن کے جال میں پھنس کر نہ گھر کے رہتے ہیں نہ گھاٹ کے۔ اور اسطرح پر یہ قومی مرض لاعلاج صورت اختیار کر چکا ہے چونکہ درخت ہمیشہ اپنے پھل سے پہچانا جاتا ہے یہی وجہ ہے کہ موجودہ حالات میں کوئی تعلیمیافتہ ہندوستانی "ویراگ" کی تعلیم کو اہل ہند کیلئے مفید نہیں سمجھتا۔ لیکن دراصل یہ بھی اُس غلط فہمی کا ہی نتیجہ ہے کہ دوسری صورت میں ہے جس طرح کسی باورچی نے سبزی میں نمک زیادہ ڈال دیا جب مالک نے اس کی غلطی کے لئے تنبیہہ کی۔ تو دوسرے وقت بالکل نمک ڈالا ہی نہیں۔ بمصداق:۔ ع یا بایں شوراشوری یا بایں بے نمکی

ے بھگوت گیتا۔ ادھیائے ۲ کا مطالعہ کرنا اس مضمون پر خوب روشنی ڈالتا ہے۔

ویسا ہی سلوک عام طور پر اہلِ ہند کا "ویراگ" کے عمل سے ہے۔ کیونکہ شیکسپیئر کے کتھن انوسار دنیا میں تمام آدمی جھوٹی زندگی والے ہی نہیں۔ جو کہ تھیئٹر کے ایکٹروں کی طرح باوجود یہ جاننے کے بھی کہ "ہم وہ نہیں جس صورت میں ظاہر ہو رہے ہیں"۔ دوسروں کی خوشی حاصل کرنے کے لئے طرح طرح کے سوانگ بنتے ہیں۔ بلکہ کچھ سچی زندگی والے بھی ہوتے ہیں۔ جو کہ بغیر کسی دوسرے سے تعریف و مذمت کئے جانے کے خیال کے اپنے آدرش کے حصول کی دھن میں مگن رہتے ہیں۔ اس لئے بغور دیکھا جائے۔ تو صاف پتہ لگ جاتا ہے۔ کہ گو ان بھگوے پوشوں میں کثیر التعداد جھوٹی زندگی والے ہیں۔ جو کہ کاہلی یا اگیان کی بدولت راکھ ملنے یا کھڑاؤں پہننے کو ہی ویراگ کے لکشن سمجھ کر ٹکڑ گدائی کا پیشہ اختیار کئے ہوئے حیوانوں کی سی زندگی گذارتے اور ماتری بھومی کے لئے شرم اور بدنامی کا باعث ہو رہے ہیں۔ لیکن انہی میں سے چند ایک ایسے بھی ظاہر ہوئے ہیں۔ جو کہ "سچے ویراگی" تھے۔ اور جن کا جیون ملک کے لئے برخلاف ان کے نہ صرف لعنت نہیں۔ بلکہ خاص برکت کا کام دے گیا ہے۔ چنانچہ سوامی دیانند۔ وویکانند اور رام تیرتھ وغیرہ انہی "سچے ویراگیوں" میں سے تھے۔ جنھوں نے نہ صرف بھارت ورش کے ہی پرانے اور بوسیدہ خیالات پر تر و تازہ خیالات کا پیوند لگا کر ایک طرح کی نئی روح پھونک دی۔ بلکہ جس طرح خطِ استوا پر ہوا کے گرم ہو کر لطیف ہونے سے قطبین تک کی سرد ہوا کی لہریں اس کی قدمبوسی کے لئے دوڑی چلی آتی ہیں۔ ویسے ہی تمام دنیا میں ویدک دھرم کی وہ دھوم مچا دی۔ کہ تمام محققینِ عالم کے خیالات ان کیطرف رجوع ہو گئے۔ اور نئی پرانی دنیا میں ان سپوتوں کی بدولت بھارت ماتا کے میٹھا بھرے گیت گائے جانے لگے۔ کسی نے سچ کہا ہے ؎

یا جننی ہری بھگت جن یا داتا یا سُور ٭ نہیں تو جننی بانجھ رہ کاہے گنواوت نُور

درحقیقت یہ سچے ویراگ کا ہی ایک نتیجہ تھا۔ کہ امریکن لیڈی سوامی رام کی جنم بھومی دیکھنے کی غرض سے ویسے ہی پہنچی، آئیں جیسے کہ بھگوان کرشن کی جنم بھومی کیطرف بھارت باسی کھینچے چلے جاتے ہیں، مطلب مختصر یہ کہ سچائی خواہ کسی روپ میں ہو۔ ہمیشہ قابل قدر ہوتی ہے۔ اسلیئے بجائے اس کے کہ نوجوانوں کو ویراگ سے نفرت دلائی جائے۔ ضرورت اس امر کے ذہن نشین کرانے کی ہے۔ کہ ویراگ کے سچے معنے کیا ہیں؟

**"ویراگ" کی حقیقت۔** اور اس شبد کا اصلی مفہوم کیا ہے؟ نیز اس کے موجودہ جوشیلی صورت اختیار کرنے کا کارن کیا ہے؟ سو معلوم رہے کہ کارخانۂ قدرت کے جس طرح تمام دیگر پہلوؤں میں آگ پانی کی طرح دو متضاد طاقتیں (مادہ و شکتی) متحد ہو کر کام کرتی اور اس ادبھت آنند دائک رچنا کا کارن ہو رہی ہیں مثلاً "تکنیکس" میں حس و حرکت کے اعصاب کیطرح سنٹری پیٹل اور سنٹری فیوگل (مرکز کیطرف مائل اور مرکز سے دور جانے والی) فزکس میں اٹریکشن وری پلشن (قوت اتصال و انفصال) آرگینک ایوولیوشن میں ہیریڈیٹی واڈاپٹیشن (تاثیر تخم و اثر صحبت) گرہست میں استری و پورش (گھر میں کام کرنے والی اور گھر سے باہر کا ذمہ وار) سوسائیٹی میں کنسرویٹو اور پروگریسو (پرانے خیالات کے محافظ اور ترقی پذیر) علمی زندگی یعنے فلاسوفی میں سائنس اور مذہب (بیرونی صداقتیں جن کا تعلق عقل سے ہے۔ اور اندرونی صداقتیں جن کا تعلق ارادے سے ہے) اور عملی جیون میں اعتدال اور اتحاد (آتم رکشا و آتم سمرپن) وغیرہ وغیرہ۔ ویسے ہی دھن بھی اسی صورت میں اپنے شانتی دائک پھل کے دینے والا ہوتا ہے۔ جبکہ انسان بظاہر اس کو حاصل کرنے کی تمام کوششوں (ابھیاس) کے کرتے ہوئے باطن میں ویسا ہی نشکام (ویراگی) رہے۔ جیسا کہ سکندر اعظم کے سامنے دیوجانس نے اپنے استغناءِ قلبی کا اظہار کیا تھا

مطلب یہ کہ جس طرح کمل کا پتہ باوجود کیچڑ سے گھرا رہنے کے بھی نرلیپ رہتا ہے۔ ویسے ہی شریر کو سنسارک دھندوں میں مصروف رکھتا ہوا بھی شخص اپنے چت کو ان سے شُدھ اور بے لوث رکھے۔ گویا بقول مسیحؑ کے "قیصر کی اشیاء قیصر کو اور خدا کی اشیاء خدا کو دے" کیونکہ جس طرح ناؤ پانی کے بغیر کام نہیں دے سکتی۔ لیکن پانی کے اندر گھس آنے پر ڈوب جاتی ہے۔ ویسے ہی انسان روپیہ کے بغیر بھی کسی کام کے لائق نہیں ہوتا۔ اور اگر روپیہ نے دل میں جگہ پالی۔ تو بھی اور نگزیب کیطرح دین و دنیا سے جاتا رہا۔ چنانچہ جس طرح بھوکے کا ایمان نہیں ہوتا" اور وہ ہر طرح کے ناکردنی امور کا مرتکب ہوتا ہے۔ ویسے ہی حریص شخص بھی اپنے نفسانی جذبے کی سیری کے لئے جائز و ناجائز کی تمیز نہیں رکھتا۔ اور اہلِ حق کی نگاہ میں ذلیل اور بےعزت ہوتا ہے۔ بقولیکہ:-

کاسۂ چشم حریصاں پُر نہ شد ۔ تا صدف قانع نہ شد پُر دُر نہ شد

بھگوان رامچندر اور بھرت جی یا ستیہ برتی ہرلیشچندر اور یدھشٹر کی زندگیاں بھارت ورش میں رہنے والوں کو دوبارہ صرف اسی صورت میں نظر آنی ممکن ہیں۔ جبکہ وہ یجروید کے چالیسویں ادھیائے (ایشاواسیہ اپنشد) کے پہلے منتر کو عمل میں لاکر "تیاگ سے بھوگ" بھوگیں گے۔

علاوہ ازیں مہرشی پاتنجل کے نقطۂ نگاہ سے "ویراگ" شبد کا جو مفہوم ہے۔ وہ شروع مضمون یعنی "یوگ کے سادھنوں" میں بیان کر آئے ہیں۔

غلطی کا باعث:- اب رہا سوال" اس کی موجودہ غلط صورت اختیار کرنیکا" جس کا جواب یہ ہے۔ کہ چونکہ یہ قدرت کا قاعدہ ہے۔ کہ جب کوئی غلطی خاص عرصے تک عمل میں آنے کے بعد ظاہر ہوتی ہے۔ تو اس کے جواب عمل (ری ایکشن) کے طور پر اسی طاقت سے بالمقابل غلطی عمل میں آیا کرتی ہے۔ تاکہ دونوں طرف کے نقائص سے واقف ہو کر ان اعتدال

(یوگ) کو بخوشی اختیار کر سکے - چنانچہ اسی اصول پر پُرانا بھارت کے خانگی جھگڑے نے جب سنسارک لذات میں ہمہ تن محو ہونے کا نتیجہ تباہی کی صورت میں دکھایا - تو بدھ بھگوان یا شنکر سوامی وغیرہ اپنے سمے کے وِدوانوں نے ویراگ کی وہ مہما گائی - کہ کمان کو سیدھا کرنے والوں کی طرح عوام کا "جانبِ مخالف" کو اتنا ہی جھکاؤ پیدا ہو گیا - جتنا کہ پہلے "ابھیاس" کیطرف تھا مگر اب چونکہ سینکڑوں برسوں کے تجربے نے قوم کو اس پہلو کے نقائص سے بھی خبردار کر دیا ہے - اس لئے پھر سے کہ پہلی غلطی میں مبتلا ہونے کے احتمال سے اس امر پر توجہ دلائی جاتی ہے - کہ جس طرح "گرہست" (لذاتِ محسوسات کا زمانہ) کے بعد "بان پرست" (زہد و ریاضت) کا زمانہ ختم کر کے ویدوں میں "سنیاسی" (سچا یوگی) کا روپ دھارن کرنے کی ہدایت ہے - ویسے ہی اس چوتھے یُگ میں قوم کو جیون مکتی کی اوستھا حاصل کرنے کے لئے ضرورت ہے - کہ "اعتدال" یعنے یوگ کے سدھانت کو قبول کرے - اور موجودہ ابھیاس و ویراگ کی بے ترتیبی (جس سے ہندو قوم کے "بناتُ النعش کیطرح" برباد ہونے کا خطرہ بیان کیا جاتا ہے) کو "یوگ بل" روپی امرت سے پھر ترتیب میں لائے -

**دولت سے "ویراگ" بلحاظ اوصاف کے -**

اس میں کچھ شک نہیں - کہ "دھن کا حصول" زندگی کا ایک جزو اعظم ہے - لیکن یہ بھی یاد رہے - کہ دیوتا کی پرستا کے لئے سامانِ آرائش مندر کی سجاوٹ کے تو کام آ سکتا ہے لیکن اس کو بوجھ بنا کر "دیوتا" پر لادنا اس کی خوشی کا باعث نہیں ہو سکتا - ویسے ہی شریر جو آتما کا مندر ہے - اس کی درستی اور سجاوٹ کے لئے دھن کا سمبندھ بیرونیات سے رہے - تب تو ٹھیک ہے - لیکن جب دیوانگی کے جوش میں آ کر باسنا کی رسی سے اس کو آتما سے جکڑ دیا - تب

تو نہ صرف اصول یا دھرم کی رکشا کے لئے ہی اس کو چھوڑنا ناممکن ہوگا۔ بلکہ جسمانی ضروریات کو بھی لاپرواہی کی نظر سے دیکھا جائیگا۔ جیسا کہ ایک بخیل مریض کی نسبت روایت ہے۔ کہ اس سے کسی نے دریافت کیا "بھائی! تم دھن خرچ کر شریر کی رکشا کیوں نہیں کرتے؟" اس نے جواب دیا۔ کہ "جسم مفت ہاتھ آیا ہے اور دھن محنت سے کمایا ہے۔ اس لئے محنت سے کمائی ہوئی چیز کو مال مفت پر کیوں قربان کروں؟"۔ دوسرے نے پوچھا۔ کہ "اگر موت آگئی۔ تب کیا کروگے؟" بخیل نے جواب دیا۔ کہ "اس کے آنے پر بھی جان دیدوں گا۔ لیکن روپیہ ہرگز نہ دوں گا۔"

گو یہ لطیفہ روپیہ کی از حد درجہ کی محبت کا اظہار کرتا ہے۔ لیکن اہل ہند میں عام طور پر بھی دیکھا جاوے۔ تو معلوم ہوگا۔ کہ نصف سے زیادہ اس کی ناجائز محبت کیوجہ سے جسم کیطرف سے لاپرواہی کا اظہار کرتے ہیں۔ اِسلئے اس وبالِ جان عادت (دھن کی محبت) سے بچنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ انسان ہر وقت اپنے آدرش کو نگاہ کے سامنے رکھے۔ تاکہ جس طرح منزل پر پہونچنے کا خیال مسافر کو راستے کے مرغوبات سے دلبستگی نہیں کرنے دیتا ویسے ہی جیون یاترا کا سادھن ہونے سے منش اس کو حاصل کرنے کی تو ہر ایک جائز کوشش عمل میں لائے۔ لیکن اسی کو اپنی زندگی کا مدعا سمجھ کر اس سے دل نہ لگائے۔ ورنہ جس طرح بھیک (گدائی) کا پیشہ عالمگیر ہونے سے مصیبت ہی کا باعث ہو سکتا ہے۔ ویسے ہی تقسیم پذیر ہونے کی وجہ سے مادی سامان کی دلبستگی بھی وحشیانہ کشمکش اور اشانتی کا ہی کارن ہو سکتی ہے۔ شانتی اور اطمینان کا نہیں۔

اور اگر دوسرے پہلو سے دیکھا جائے۔ تو بھی ہر طرف سے "لینا ہی لینا (خود غرضی) اگرچہ بچوں کی راحت کا باعث ہو سکتا ہے۔ لیکن والدین یا مہا پورشوں کو "دینے" (خود ایثاری) میں ہی خوشی کی پرا پتی دیکھی جاتی ہے۔ بلکہ

وحشیانہ زندگی اور سماج کے اعلےٰ درجے پر پہونچنے کے معیار ہی یہی دونوں امور ہیں۔ مطلب یہ کہ نہ صرف ہر ایک شکتی کی ترقی ہی اس کے "تیاگ" سے ہوتی ہے (جیسے اعضاء جسمانی میں وہی عضو زیادہ طاقت پاتا ہے۔ جو کہ ورزش کی صورت میں اپنی طاقت کا زیادہ تیاگ کرتا ہے) بلکہ سوسائٹی کی ترقی کا مظہر بھی اس کے افراد کا "تیاگ بھاؤ" ہی ہے۔ نیز کسی شکتی کا اعلےٰ درجے کا راحت بخش اثر بھی اسی صورت میں محسوس ہوتا ہے۔ جبکہ اوس کو "تیاگ" کیا جائے۔ چنانچہ روایت ہے۔ کہ "زر پرست" اور "خدا پرست" نامی دو بھائی اکٹھے سفر کر رہے تھے۔ ایک دن شام ہونے پر راستے میں دریا آگیا۔ اب جو سنیاسی سوبھاؤ رکھتا تھا۔ اس نے تو کہا۔ کہ یہیں جنگل میں رات کاٹتے ہیں۔ صبح ہونے پر پار چلیں گے۔ لیکن جو زر پرست تھا اس کے پاس کچھ نقدی تھی۔ اور وہ لوٹے جانے کے خوف سے جنگل میں قیام کرنے سے گھبراتا تھا۔ اس لئے وہ بولا۔ کہ ملّاح کو کچھ انعام دے دلا کر ابھی پار چلیں۔ تو بہتر ہو۔ ساتھی کو کچھ عذر نہیں تھا۔ چنانچہ ملّاح کو بلا کر باوجود اندھیرا ہونے کے بھی ناؤ پر چڑھ کر دونوں پار اُتر گئے۔ اور شہر میں پہنچ کر خاطر خواہ جگہ میں جا آرام کیا۔

رات کو سلسلہ گفتگو میں زر پرست نے کہا۔ کہ دیکھا! اگر ہم بھی تمہاری طرح روپیہ کو اپنے پاس نہ رکھا کرتے۔ تو ساری رات مصیبت میں گذرتی اس لئے "تیاگ" کا عقیدہ دُکھ کا کارن ہونے سے ٹھیک نہیں ہے۔ جواب میں سنیاسی نے کہا۔ کہ پیارے! اگر روپیہ کو اپنے عقیدے کے بموجب اپنے پاس ہی رکھتے تب ضرور ساری رات مصیبت میں کاٹتے۔ یہ روپیہ کے ہاتھ سے چھوڑنے کا ہی پھل ہے۔ کہ آنند لے رہے ہو۔ علاوہ ازیں نہ صرف شخصی ترقی ہی تیاگ میں مخفی ہے (جسکی تصدیق خاص کر مہاتما بدھ کی مثال سے ہوتی ہے۔ جس نے ایک معمولی ریاست کا راج ترک کرنے سے تمام دنیا کے

دلوں پر حکومت حاصل کرلی) بلکہ قومی ترقی کا بھی راز "تیاگ" ہی میں مخفی ہے۔ چنانچہ جو قوم بھی آج کل ترقی کے شکھر پر پہونچی ہوئی نظر آتی ہے۔ وہ اپنے ہموطنوں کی بہتری کے لئے روپیہ کو قربان کرنے سے ہی اس درجے تک پہونچی ہے۔ اور اسی بے طمع ہونے کی خوبیوں کو مدنظر رکھ کر اوپنشد کار رشیوں نے انسانی خوشی کو لاانتہا بنانے کے خیال سے وسایل تکمیل ضروریات کو شمار کنندہ اور ضروریات زندگی کو مخرج سے تشبیہہ دیکر (سامان دنیاوی / خواہشات = خوشی) مخرج کو کم کرتے کرتے بالکل مٹا دینے پر زور دیا ہے۔ یعنے ضروریاتِ زندگی کو یہاں تک مختصر کیا جائے۔ کہ دوسروں کا دست نگر نہ ہونا پڑے۔ اور بغور دیکھا جائے۔ تو اسی سادہ روی کے اصول پر عمل کرنے سے بمقابلہ ایران وافغانستان وغیرہ کے جہانکہ ایک صدی کے اندر ہی اسلامی مقابلے میں قومی نشان مٹ گئے۔ ہندوؤں نے لگاتار نو سو برس تک زبردست اسلامی حکومت کے ایّام میں اپنی ہستی کو قایم رکھا۔ اگر یہ "تیاگ" کا بھاؤ ہردے پر نقش نہ ہوتا۔ تو حقیقت رائے اور گورو گوبند سنگھ جی کے بیٹوں کو دھرم کی خاطر جان تک قربان کرا دینے کے لئے کونسی طاقت کام کر سکتی تھی؟ اگرچہ اس کے ساتھ استریوں کا پتی برت دھرم اور برہمنوں کی سوبھاوک بزرگی وغیرہ کے خیالات کو بھی شامل کیا جاتا ہے۔ لیکن دراصل ان کی تہ میں بھی تو یہی تیاگ کا بھاؤ کام کرتا نظر آتا ہے۔ مگر چونکہ آجکل مقابلہ مغربی تہذیب سے ہے۔ اور بجائے آندھی کے سوُریہ کی طاقت کے زیر اثر آنے کیطرح خود بخود جنیو اور چوٹی تک کو جواب دیا جا رہا ہے۔ اور ضروریات کو کم کرنا تو درکنار۔ غیر ضروری سامان آرایش کو بھی ضروریات میں داخل کر لیا گیا ہے۔ جس کیوجہ سے مقابلہ از حد سخت ہو رہا ہے۔ اور روپیہ کی خواہش نے بھارت باسیوں کو ایسی بے طرح تنگ و دو میں ڈال رکھا ہے۔ کہ اخلاقی اور دھارمک زندگی تک برباد

ہو رہی ہے۔ اِس لئے ضرورت ہے۔ کہ اس دیو اسر سنگرام روپی مہا بھارت میں
پھر کوئی کرشن کیصورت اختیار کر کے بھارت روپی ارجن کے ذہن نشین کرائے
کہ حقیقی کامیابی اور من کی شانتی کا ایک ماتر اوپاؤ "ابھیاس" کے ساتھ
"ویراگ" کا ہونا ہے (بھگوت گیتا ادھیائے ۔۶ شلوک۔ ۳۵) =

असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम् ॥
अभ्यासेन तु कौंतेय वैराग्येण च गृह्यते ॥

یعنی ایک طرف اگر اس کے حصول کی تمام جائز کوششوں کا کرنا ضروری ہے۔
تو دوسری طرف اس کنچنی دیوی کے عشق مجازی سے بھی دُور رہنا لازمی ہے۔
ورنہ ایک جذبہ خواہ کتنا ہی اونے اہو۔ انسان کے دل پر حاوی ہو ا اِس کو
ناکردنی گناہ کا مرتکب بنا دیتا ہے ؛

غرض یہ ہے۔ کہ جس طرح سائینس کے نقطۂ نگاہ سے کسی شے کا سفید
ہونا اِس بات پر منحصر ہے۔ کہ وہ سُورج کی تمام شعاعوں کو تیاگ دے۔
ویسے ہی چت کی صفائی کے لئے بھی لازمی ہے۔ کہ باوجود مادی سامان
میں گھرا رہنے کے انسان ان کی خواہشات کو من سے باہر رکھے :۔

چاہ گئی چنتا گھٹی منوا بے پرواہ ؛ جنکو کچھ نہیں چاہیئے سو شاہن شاہ

ممکن ہے۔ اس "تیاگ" کے اصُول کو "بیرونی اشیاء کے حسب منشا بنانے
میں قادر نہ ہو سکنے یعنی لومڑی کے انگوروں تک ہاتھ نہ پہونچنے پر کھٹے
کہنے کی طرح" ایک خاص قسم کی پست ہمتی سے منسوب کیا جائے۔ لیکن
اِس امر میں کسی کو کلام نہیں ہو سکتا۔ کہ "انسان حالات کا غلام ہے"
اور حصول راحت ہر ایک کا آخری مقصد ہے" اس لئے جب تک وہ
ایوولیوشنری کمال کو حاصل کر کے نیچر پر پورے طور سے قابو نہیں پاتا۔ اُسکے
واسطے لازمی ہے۔ کہ اپنے آپ پر قابو پا کر حالات سے موزونیت حاصل کرے
ورنہ نہ صرف اس کو راحت ہی نصیب ہونی ناممکن ہے۔ بلکہ زندگی کا قایم

رہنا بھی امر محال ہے - چنانچہ اسی سدھانت کو آریہ رشیوں نے انھوکر کے "نشکام کرم" اور "من جیتے جگ جیت" کے مسایل کی تعریف گائی ہے - علاوہ ازیں "پرماتما کا پریم سوروپ" ہونا مسلمہ ہے - اور "پریم" کا معیار سوائے عملی صورت میں "قربانی" کے اور کچھ نہیں - اس لئے جس کو بھی اس امرت روپی جوہر کی ضرورت ہو - اس کے لئے لازمی ہے - کہ تیاگ کا سہارا لے - جس کی تعریف بھگوان کرشن یوں فرماتے ہیں :-

काम्यानांकर्मणां न्यासं संन्यासं कवयो विदुः ॥

सर्वकर्मफलत्यागं प्राहुस्त्यागं विचक्षणाः ॥ २ ॥

ترجمہ :- ایسے افعال جن سے کسی قسم کی خواہشات نفسانی پوری کی جا سکیں - کا چھوڑنا کوی لوگ "سنیاس" کہتے ہیں - اور تمام کرموں کے پھل سے لاپرواہ ہونا بدھیمان لوگ "تیاگ" کے نام سے موسوم کرتے ہیں - مطلب یہ کہ کام تو شوق سے کئے جائیں - لیکن پھل سے ترک تعلق رکھنا تیاگ کا سوروپ ہے ؛

कार्यमित्येव यत्कर्म नियतं क्रियतेऽर्जुन ॥

सङ्गं त्यक्त्वा फलं चैव स त्यागः सात्त्विको मतः ॥ ९ ॥

ترجمہ :- جو کام تعلق خودی اور نتیجے کی خواہش کے بغیر فرض کے خیال سے باقاعدہ طور پر کیا جاتا ہے - وہی "سچے تیاگ" کے معنے رکھتا ہے ؛

مطلب مختصر یہ کہ نہ صرف دولت کوئی بری شے نہیں - بلکہ جہانتک مفلسی کے علاج کا تعلق ہے - وہاں تک ایک نہایت مفید شے ہے - بھوکوں کو اَن اور ننگوں کو بستر دلاتا ہے - مریضوں کو ادویات بہم پہونچانے اور بیواؤں و یتیموں کی تکالیف کو دور کرنے کے لئے ایک زبردست طاقت ہے - چنانچہ یہی کارن ہے - کہ جس طرح برہمنوں کے لئے منتر ودّیا (علم عقل سائیکالوجی یا میٹافزکس) اور کشتریوں کے لئے تنتر ودّیا (پنج تنتر وغیرہ

راج نیتی = پالٹیکس ) کے مطالعہ کی ہدایت کی گئی ہے - ویسے ہی ویشوں کے لئے یننتر ودّیا ( جندر وغیرہ کلین بنانے کا علم = مکینکس ) کا حصول ضروری قرار دیا گیا ہے - ہاں البتّہ اگر بہ لحاظ" او صاف" کے دولت میں کوئی برائی ہے - تو وہ اس کی "محبت" اور "غلط استعمالی" میں ہے - جسکی وجہ سے اکثر فلاسفر اور شعرا نے اس کی مذمت کی ہے - اِس لئے "ویراگ" کا اصلی مطلب صرف انہی امور یعنی "زر پرستی" اور "فضولخرچی" کی بیخکنی کرنے سے ہی ہے جسنے کہ جائز اور ناجائز کی تمیز پر پردہ پڑ جاتا ہے ؛

دولت سے "ویراگ" بہ لحاظ مقدار کے :- دوسرا امر اس کی مقدار کے متعلق ہے - کہ وہ کونسی حد ہے - جہاں سے "زر پرستی" کا مرض شروع ہوتا ہے ؟

سو معلوم رہے - کہ دولت جڑ ہے اور علم چیتن = اس لئے جس طرح آقا کی نسبت نوکر کی زیادہ عزت کرنا مناسب نہیں کہا جا سکتا - ویسے چیتن کے مقابلے میں جڑ کو یا وشنو کے مقابلے میں لکشمی کو فضیلت دینا ہی انسان کو ناواجب کوشش کی حدود تک پہونچاتا ہے - گویا "سادہ زندگی اور اعلےٰ خیالی" کا قطب نما ہمیشہ اپنی آنکھوں کے سامنے رکھنا ہی انسان کو صحیح راستے پر چلانے کا رہنما ہو سکتا ہے - کیونکہ انسان کرم کرنے سے دو قسم کی راحتیں حاصل کر سکتا ہے - اوّلاً حواس خمسہ کی لذّات اور خودی[1] کے مظہرات سے ؛ ثانیاً عضلات جسمانی اور اعلےٰ درجہ کے عقلی و اخلاقی قوا کو کام میں لانے سے - چونکہ اول الذکر نہ صرف کثیر المقدار دولت کے ہی ضایع کرنے اور باہمی کشمکش کے بڑھانے والی ہوتی ہیں - بلکہ "گیان" کی جگہ "بھوگ" اندری بنا کر صحت جسمانی اور دماغی کو بھی نابش کرتی

[1] جسمانی سُستی اور دماغی مدہوشی سے جو راحت حاصل ہوتی ہے - وہ کرم نہ کرنے کا باعث ہونے سے موت سے مشابہت رکھتی ہے - اور ادنےٰ ترین یعنی تموگنی کہی گئی ہے ؛

کرتی اور (بھڑکتی آگ کے گھی کی چھینٹوں سے نہ شانت ہونے کیطرح) شانتی کی مخالف ہوتی ہیں۔ اس لئے ان کو ادنےٰ درجے کی راحت کہا گیا ہے۔ اور آخر الذکر نہ صرف جسمانی و دماغی صحت بڑھاتی اور لطیف راحت کا ہی باعث ہوتی ہیں۔ بلکہ دولت بڑھانے کے بھی نئے سے نئے طریقے ایجاد کرتی ہیں۔ اور بغیر باہمی کشمکش کے زندگی کے فرائض کی ادائیگی میں ہی بیرونی لذات کافی بہم پہونچاتی اور شانتی دائک ہوتی ہیں۔ اس لئے ان کا درجہ اعلےٰ ہے۔ چونکہ ادنےٰ جذبات کو نظر انداز کرکے اعلےٰ کیطرف چلنے کی ہدایت کرتے وقت ہر ایک فلاسفر کا روئے سخن اسی امر کیطرف رہا ہے (چنانچہ استعمالِ دولت کے متعلقہ جان ولیسلی صاحب کے قواعد جو پیشتر لکھ آئے ہیں۔ وہ بھی یہی اعلےٰ درجے کی صداقت اپنے اندر لئے ہوئے ہیں) اس لئے روپیہ کی "مقدار" کا دار و مدار صرف "ضروریات زندگی" پر ہونا چاہیئے۔

علاوہ ازیں "زن" اور "زر و زمین کی باطنی مشابہت (چنچل و جڑ بلیا) کو مدنظر رکھتے ہوئے اگر حقوق النسانی کی مساوات کے نقطۂ نگاہ سے دیکھا جائے۔ تو بھی صاف ظاہر ہے۔ کہ جس طرح نکاح (جو کہ نسلی ترقی کا سادھن ہے) کے بہانے سے ایک سے زیادہ عورتوں کو قبضے میں لانا "معقول پسند لوگ" سوسائٹی کی ترقی میں ہارج اور "قدرتی مذہب کے مقلد" پاپ قرار دیتے ہیں۔ اسی طرح پر سرمایہ اور زمین (جو کہ شخصی ترقی لینے جیون کے سادھن ہیں) بھی دراصل اپنی ضروریات سے زیادہ قبضے میں لانا دوسرے حقداروں کو ان کے قدرتی حقوق سے محروم کرنے کا کارن ہونے سے ترقیٔ تہذیب میں خلل ڈالنے والا اور پاپ ہی ہے۔ درانحالیکہ عورتوں کا تعداد میں مردوں سے زیادہ ہونا بھی ممکن ہے۔ مگر بمقابلہ قوت تو

ئے النسان کے لئے اگر سامانِ پرورش کافی ہو۔ تو اس کی (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۳۶)

تولید کے سامان مادی کا محدود ہونا اظہر من الشمس ہے۔ نیز نسل کا بڑھانا نہ صرف قوم کے ہر ایک فرد کے لئے ہی ضروری نہیں (جیسا کہ خاص امراض کے مریضوں اور ناکارہ اشخاص کے لئے ممنوع ہونیسے ظاہر ہے) بلکہ بلحاظ عمر کے بھی صرف جوانی کا ہی زمانہ قدرتی طور پر اس عمل کے لئے مخصوص ہے۔ حالانکہ برخلاف اس کے قیام زندگی کا فرض سب پر اور عمر کے ہر ایک حصے میں یکساں ہے۔ اس کے علاوہ بال برہمچاری رہنا کئی پہلوؤں سے اچھا بھی کہا جاتا ہے۔ لیکن بھوک کے دکھ سے مرنا حد درجے کی ذلت کا اظہار کرتا ہے۔ یہی وجوہات ہیں۔ کہ ایک طرف اگر مختلف مذاہب نے دولتمندوں کے لئے دان کرنا یا بغیر سود[1] کے قرض دینا فرض قرار

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۳۵) قوت تولید بہت جلد کثرت آبادی کا باعث ہو جاتی ہے جیسا کہ امریکہ میں آباد ہونے کے ابتدائی ایام میں پچیس ۲۵ برس ہی دُگنی کی نوبت پہونچ گئی تھی۔ لیکن مادی سامان محدود ہونے سے غذائیت اسی نسبت سے زیادہ پیدا نہیں کی جا سکتی۔ اس لئے بقاء زندگی کی ہوس میں مبتلا ہونے سے جہاں ایک طرف ہر ایک کا محتاج رہنا ضروری ہے۔ وہاں دوسری طرف ہر شخص کے اپنی قوم کے افراد سے موثر ہونیکی وجہ سے یہ بھی ضروری ہے۔ کہ باہمی تعلقات کی وجہ سے دیگر اقوام کے اثر سے بھی موثر ہوں۔ گویا جس طرح نباتات اور حیوانات میں کمزور زبردستوں کا ناشتہ بنتے دیکھے جاتے ہیں۔ ویسے ہی لازمی ہے۔ کہ انسانی صورت میں بھی وہ نظارہ جلوہ نما ہو۔ چونکہ آجکل بجائے شخصیت کے قوموں کا مقابلہ ہو رہا ہے۔ اس لئے ہر شخص کا فرض ہے۔ کہ وہ شخصی دولت کے خیال سے بالاتر ہو کر قومی اتحاد کا خیال رکھے۔

[1] مختلف سمرتیوں میں سود کی شرح میں اختلاف ہونا اور گورنمنٹ کا ادائیگی قرضہ کی میعاد کا معین کرنا بھی صاف جتلا رہا ہے۔ کہ یہ مضمون بیوہار (دھرم راج) کے انصاف سے تعلق نہیں رکھتا۔ (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۳۷)

دیا ہے۔ تو دوسری طرف ہر زمانے یا ہر ملک کی حکومت نے بھی انہی ٹیکس کی صورت میں ڈنڈ لگا کر رفاہِ عام کے کاموں میں خرچ کرنا قانون بنا رکھا ہے بلکہ مغربی ممالک میں "سوشلسٹ" لوگ بھی امیروں کے ہی سر چڑھتے اور دولت کو مشترک سرمایہ قرار دینے میں کوشش کرتے ہوئے انہی کو ڈاکے مار کر لوٹتے ہیں۔ بمصداق:-

منعم ہو ذی کے گھر کو اہلِ حاجت لوٹ لیں ٭ مانگتا ہے کب کوئی جا کر عسل زنبور سے

گویا مطلب سب کا مالی پہلو میں ہموار سطح کرنے سے ہے۔ جو کہ خود غرض لوگوں نے خلافِ قدرت تقسیم دولت کرنے سے نشیب و فراز کی صورت میں قایم کر رکھی ہے۔ بغور دیکھیں۔ تو صاف معلوم ہوتا ہے۔ کہ دولت کی موجودہ تقسیم کے غلط ہونے کا ہی یہ نتیجہ ہے۔ کہ ایک طرف تو سرمایہ اور مزدوری میں عالمگیر جنگ ترقی پر ہے۔ اور دوسری طرف اس کے حصول کی جد و جہد کی بدولت بے ایمانی اور مکاری وغیرہ بداخلاقی کے اوصاف دن بدن بڑھ رہے ہیں نیز دولت کو بلا ضرورت سمیٹنے یا حاصل کرنے کی فکر علیحدہ جیون شکتی کے ناش کا کارن ہو رہی ہے۔ ورنہ یہ تمام انرجی سوچنے اور مادہ ایجاد کے بڑھانے میں خرچ ہو کر نوعِ انسان کی ترقی میں حیرت بخش معاونت کا باعث ہوتی۔ کیونکہ جس طرح رگڑ حرکت میں معاون نہیں۔ بلکہ روکاوٹ

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۳۶) بلکہ نادر سمرتی میں اس بیان کا آنا کہ "کسی شخص کے قرضے کی اس کے پوتے تک ہی ذمہ داری ہے۔ چوتھی پشت یعنی پڑپوتے سے اس کا کچھ تعلق نہیں"۔ اس امر کا مظہر ہے۔ کہ مرنے کے بعد قرض کا رہ جانا دنیاوی حکومت سے یا ہر کسی قسم کے قوانین سے تعلق نہیں رکھتا ٭ ۱؎ عام طور پر کام میں نہ آنیوالی اشیاء کا زنگار لگنے یا دیمک وغیرہ کے کھا جانے سے برباد ہونا بھی اس امر پر دلالت کرتا ہے۔ کہ ضرورت سے زائد اشیاء کا جمع کرنا منشاءِ قدرت کے خلاف ہے۔ جو کہ ان طریقوں سے اس شے کو دوسری شکل دیکر اس غیر مستحق کے قبضے سے نکالتی ہے

کا ہی کام دیتی ہے۔ ویسے ہی جدوجہد باہمی بھی انسانی ترقی کے لئے سدِّ راہ ہی ہوتی ہے۔ اِسی سبب سے سوسائٹی کے اصولوں میں ہر شخص کو صرف اسی حد تک قدرتی آزادی پر اکتفاء کرنے کے لئے توجّہ دلائی جاتی ہے جہاں تک کہ وہ کسی دوسرے ہمسایہ کے حقوق میں مخل نہیں ہوتا۔ گویا "بے لگامی" اختیار نہیں کرتا۔

تقسیمِ دولت کی موجودہ غلط حالت کو دیکھ کر ایک "انصاف پرست" کے سامنے خواہ مخواہ یہ سوال آتا ہے۔ کہ "ضروریات سے زیادہ دولت جمع کرنا" پاپ قرار دیئے جانے کی جگہ کیا باعث ہے۔ کہ "زبردستوں کے میدان حصول تنگ کر دینے کیصورت میں بھوک کے دکھ سے تنگ آکر چوری یا سینہ زوری کرنا" پاپ کہا جائے؟ کیونکہ اگر کسی گھر میں باپ کھانے کی اشیاء کو چھپا کر رکھے۔ اور بیٹا بھوک لگنے پر چوری یا سینہ زوری سے اس میں سے کچھ کھا جائے۔ تو کیا اس کا یہ کرم پاپ کہا جا سکتا ہے؟ ہرگز نہیں! یہی معاملہ نوعِ انسان کا ہے۔ کیونکہ کنبہ دراصل نامکمل سوسائٹی ہی ہے۔ جس کی مکمل شکل قوم کیصورت میں نظر آتی ہے۔ اِسلئے کیا یہ لازمی نہیں کہ قدرتی سرمایہ (زر و زمین) میں ہر شخص یکساں حصہ دار ہو۔ تاکہ ہر ایک اپنی قدرتی طاقت (جسمانی و دماغی) یعنی مزدوری کے بموجب اس میں سے حصّہ پائے۔ گویا ہر فرد بشر کو اپنی قسمت آزمائی کے لئے میدانِ مقابلہ یکساں کھلا ہو۔ اور ضروری حادثات کیصورت میں قوم کا مشترک سرمایہ کام میں لایا جاوے۔

پیارے ناظرین! سماجک ترقی کی تواریخ کا مطالعہ اس امر کا مظہر ہے کہ جہاں پہلے "غلامی" کا رواج تھا۔ وہاں بعدہٗ "بیگار" کا راج ہوا۔ اور اب اس کی جگہ "شخصی سرمایہ داری" نے لے رکھی ہے۔ لیکن جس طرح اول الذکر دونوں صورتیں شخصی آزادی میں سدِّ راہ ہونے سے نابود ہو چکی ہیں۔ ویسے

ہی کیا یہ بہتر نہیں ہے۔ کہ اس تیسری صورت کو بھی حتے الامکان آیندہ قریب میں ہی دُور کیا جاوے۔ جو کہ خود زبردستی اور مکاری کا نتیجہ ہونے کے ساتھ ہی دوسروں کو بھی اسی غلط روش پر چلنے کے لئے تحریک کا باعث ہوتی ہے۔ اور بجائے مسئلہ "بقاء قابل ترین" کے اس مسئلے کا رواج لایا جاوے۔ کہ "حتے الامکان قابل ترین اصحاب کی تعداد بڑھائی جائے"۔ جس کے لئے دولت کی یکساں تقسیم لازمی امر ہے۔

**مُوروثی جائداد" کے قوانین میں اصلاح کی ضرورت**

کسی لکھ پتی کے لڑکے کو دیکھ کر کہا جا سکتا ہے۔ کہ جس کو "پرماتما" نے دیا ہو۔ دوسرے کا اس پر کیا حق ہے؟ لیکن در اصل چونکہ یہ انسانی عقل کی کمزوری ہے۔ کہ وہ بجائے اس کے کہ اپنی لاعلمی کا صاف لفظوں میں اقرار کرلے۔ ایک ناواقفیت کیصورت میں اسکا حل کسی دوسری ایسی ہی ناواقفیت سے کرتا ہے جس کے بہانے سے وہ اپنے تئیں دہوکا دیکے۔ کہ گویا وہ جانتا ہے"۔ (مثال کے طور پر چیچک وغیرہ امراض کے حقیقی اسباب کی ناواقفیت کیصورت میں ان کو خاص دیوتاؤں کی خفگی سے منسوب کرنا وغیرہ خیال کریں) اس لئے اگرچہ آجکل روپیہ کے متعلق پچھلے جنم کے کرم یا پیدائش ایک زبردست حق سمجھا جاتا ہے۔ لیکن جس طرح پیدائشی امراض کا علاج کرنا پرماتما کی اچھیا کے برخلاف نہیں کہا جاتا۔ ویسے ہی ترقی تہذیب سے امید ہے۔ کہ تقسیم سرمایہ بھی انصاف کے اصول پر ہوگی۔ اور ہر ایک شخص ہوا اور پانی کیطرح زر و زمین میں بھی یکساں حصہ دار قرار پائیگا۔ گویا الیشور سرشٹی تمام افراد کیلئے یکساں کھلی ہوگی۔ اور ہر ایک اپنی اپنی کوشش اور قابلیت کے بموجب پھل حاصل کرے گا۔ کیونکہ حق وراثت کی غلطی کا یہ ایک نمایاں ثبوت ہے۔ کہ ایکطرف امیروں کے لڑکے تو نااہل رہتے ہوئے جائداد کے مالک بننے کی خواہش میں والدین کی

موت کیلئے دست بدعا رہتے اور بغیر محنت کے لاکھوں روپیہ پانے پر
عیاشی کی مرض میں مبتلا ہوکر خود خراب ہوتے اور دوسروں کو خراب کرتے
ہیں۔ لیکن برخلاف ان کے دوسری طرف غریبوں کے لڑکے جنم سے ہی
مصیبتوں کا شکار ہوتے اور اپنی قابلیت کے نشو ونما سے قاصر رہتے ہوئے
بیعزتی اور پست ہمتی یا غلامی کی زندگی بسر کرنے کے لئے مجبور ہوتے
ہیں۔ جس سے دونوں فریقوں کی تباہی ہوتی ہے۔ نیز اولاد کی خاطر روپیہ
چھوڑنے کا لالچ والدین کو ایک طرف تو ہر قسم کی جائز و ناجائز[۱]
کوششوں کی تحریک کا باعث ہوتا ہے۔ اور دوسری طرف قومی بہتری
کے وسایل میں امداد دینے سے روکتا ہے۔ جسکی وجہ سے اکثر مفید انسٹی
ٹیوشن قوم کو وسیع پیمانے پر فائدہ پہونچانے سے قاصر رہ جاتے ہیں
حالانکہ اگر قانونِ وراثت میں ترمیم کی جائے۔ تو نہ صرف ہر شخص کی
قابلیت ہی کا فائدہ قوم کو پہونچے۔ بلکہ اس کی اولاد بھی اپنی محنت سے
کمانے کی عادی اور جھوٹے غرور وحسد وغیرہ امراض قلبی سے پاک ہوکر
نوع انسان میں برادرانہ مساوات کے تعلقات قایم کرنے میں مددگار
ہو۔ مطلب یہ کہ سرمایہ اور زمین کی مالک جمہور ہو۔ اور ہر شخص کو اپنی اپنی
قابلیت کے اظہار کے لئے موقع حاصل کرنے میں آسانی پیدا کیجائے۔

[۱] اہل ہنود کی جسمانی کمزوری اور باہمی پھوٹ کا ایک زبردست باعث یہ ہے۔ کہ
وہ روپیہ سے ناجائز محبت کرتے ہیں اسلئے ان کو اسبات کا علم ہونا چاہئے۔ کہ ہندوستان میں روپیہ
کی کمی نہیں جیسا کہ غیر ممالک کے بیشمار لوگوں کے اسکے سر پر بہاریں کرنیسے ثابت ہوتا ہے ضرورت
صرف صحت اور علم کی ہے۔ کیونکہ روپیہ سے غذا خریدی جاسکتی ہے۔ لیکن بھوک نہیں دوا خریدی
جاسکتی ہے۔ لیکن صحت نہیں۔ کتابیں خریدی جاسکتی ہیں لیکن عقل نہیں۔ خوشامد خریدی
جاسکتی ہے۔ لیکن سچی دوستی۔ وفاداری یا ہمدردی نہیں علاوہ ازیں کسی کو روپیہ ورثے
میں دے سکتے ہیں۔ مگر اس کے خرچ کے طریقے نہیں سمجھا سکتے۔

تاکہ اگر کاہل اشخاص فاقہ کی موت مریں - تو اپنی محنت سے حاصل کرنے والے بہشتی زندگی بسر کریں - اور اُن کے مرنے پر ان کا ترکہ کارخانوں یا سکولوں وغیرہ قومی بہتری کے طریقوں میں خرچ کیا جائے ۔ بمصداق

کھایا جائے سو کھائے لے دیا جائے سو دیہہ

اِن دونوں سے جو بچے اوس کو جانو کھیہ

علاوہ ازیں انسانی زندگی کا مُدعا "تکمیلِ فطرت" مسلمہ ہے - اور اس کا اِنحصار ان کرموں پر ہے - جو کہ حالاتِ بیرونی سے ہم آہنگی حاصل کرنے کی غرض سے کئے جاتے ہیں - چونکہ ورثے میں جائداد کا پانا نہ صرف اِس امر کا متضاد ہوتا ہے - بلکہ اُلٹا بھوگوں کیطرف میلان کرانے سے اس کے برخلاف نتیجہ پیدا کرتا ہے - اس لیے جسطرح "قوانین شادی" میں وقتاً فوقتاً ترمیم و تنسیخ ہوتی رہی ہے (جیسا کہ برہمو بواہ - آنند بواہ اور بدھوا بواہ وغیرہ سے ظاہر ہے) ویسے ہی قوانین ملکیت میں بھی اصلاح ہونے کیضرورت ہے "جس سے نہ صرف کسی شخص کو خود ہی خاص حد سے زیادہ جائداد بنانے پر بھاری ٹیکس لگائی جاوے بلکہ اولاد کو بھی سوائے قابل بنانے کے اور کچھ ورثے میں نہ دیا جائے" - تاکہ ہر شخص جس طرح موروثی عہدوں اور علم کے نہ پانے سے خود اون کے حصول کی قابلیت حاصل کرتا ہے - ویسے ہی جائداد پیدا کرنے کے بھی خود ہی وسایل مہیا کرے - ورنہ جو دلائل خاندان مشترکہ کے خلاف دی جاتی ہیں - کہ اکثر اشخاص محنت سے جی چُراتے اور دوسروں کی محنت سے فائدہ اُٹھاتے ہیں - وہی "قانونِ ورثہ" پر بھی عائد ہو سکتی ہیں - اور شخصی حیثیت میں اگر ہر شخص جائداد بڑھانے میں "بے لگام" رہے گا - تو جو اصحاب علمی تحقیقات میں زندگی بسر کرتے ہیں - وہ اپنی محنت کو سب میں یکساں تقسیم ہوتے ہوئے دیکھ کر اس امر کا تقاضا کریں گے

کہ" یا تو ہمارے علم سے بھی کوئی فائدہ نہ اُٹھائے (خواہ وہ کسی مشین کی ایجاد کی صورت میں ہو یا قانونِ صحت وغیرہ کی) ورنہ ہم بھی دولت ہی کیطرف رجوع ہونگے"۔ سو اوّل الذکر حالت میں جہاں تہذیب کی ترقی میں سخت روکاوٹ آنے کا احتمال ہو سکتا ہے، وہاں آخر الذکر حالت میں نہ صرف قومی جدوجہد ہی کمال پر پہونچ جاوے گی بلکہ علمی ترقی کے لئے کوشش نہ ہونیسے اہلِ قوم بھی ذلیل ہونے جائینگے۔ اغلب ہے۔ کہ بھارت ورش کی موجودہ گری ہوئی حالت کا کارن برہمنوں کی اسی قسم کی خودغرضی ہو۔ کیونکہ نہ صرف عام طور پر یہاں اظہارِ علم میں ہی بُخل پایا جاتا ہے۔ بلکہ علمی تحقیقات میں ترقی کرنے کے دروازے بھی مُدتوں سے مقفل شدہ نظر آتے ہیں۔ بہرحال ویراگ کا اصلی مرم یہ ہے جو اوپر بیان کیا گیا ہے۔ اور جس کو مہذب اقوام اپنے اپنے دل میں جگہ دے رہی ہیں۔ مگر ہائے بدنصیبی! اہلِ ہند کی جہالت نے اس اعلےٰ ترین خوبی کو بھی ایسا خراب رنگ دیا ہے۔ کہ اِسکی قابلِ نفرت صورت کو دیکھ کر قومی لیڈر" سچے ویراگ" تک سے ویراگ کرنے کی تعلیم دے رہے ہیں!۔

اے سیاہ بختی تیری تاثیر کے قایل ہیں ہم ؛ ہاتھ ڈالا جس دوشالے پر وہ کمبل ہو گیا۔

# ہموطنوں سے خطاب

اے اہلِ ہند! چہرے پہ زردی یہ آئی کیوں؟ تعلیم سب بزرگوں کی تُمنے بھلائی کیوں؟

گنگا کے جل پہ آگ کی دھونی رمائی کیوں؟ ویراگ رُوپ "تپ" سے صحت بھی گنوائی کیوں؟

پنچ اگنی سے تو اندری دمن ہی مراد تھا

ورنہ یہ نسخہ کہئے! کرشن کے نہ یاد تھا

وہ شانتی کا من کی جو سنہ بنا گیا۔ گیتا کا عجب فلسفہ بھارت میں گا گیا۔
"یوگیشور" اپنا نام وہ جس سے رکھا گیا۔ عظمت کا نقش ہردے میں سب کے بٹھا گیا۔

ہتھیار باندھنے سے بھی جب قسم کھائی تھی
پھر غرض کون تھی؟ جو اسے یدھ میں لائی تھی

کیا وہ نہیں تھا جانتا ویراگ کے معنے؟ "نشکام کرم" جس نے کئے "تیاگ" کے معنے
بھوگوں سے بھاگنا کہا "شبھ بھاگ" کے معنے سمجھو "نفس امارہ" کالی "ناگ" کے معنے

چھوڑو جو "راگ دویش" تو ویراگ ہے پیارے
کن گیان کرم "چھوڑو" تو یہ آگ ہے پیارے

جیسے جلا کے آگ بناتی ہے خاک سیاہ ویراگ "تامسی" کرے اس سے ادھک تباہ
گر شک کسی کو ہو وہ رشی کیشل کی لے راہ صدہا ملینگے دعوے کے اپنے اوسے گواہ

من جہل سے سیاہ ہے تو تن دھوپ گرم سے
جل بنگلے گرنگ بہنی ہے ان کی ہی شرم سے

بھارت میں جب سے جھوٹا یہ ویراگ آ گیا گلشن میں گویا آگ کا جلوہ دکھا گیا
تن من کو رہنے والوں کے مٹی بنا گیا سب ملک و مال خاک میں ان کا ملا گیا

بھارت اسی کے سوز سے یوں بیقرار ہے
دھوئیں سے جسکی آہ کے فلک دھواندھار ہے

انجان (خود غرضی) چھوڑ نیکی جگہ چھوڑا کرم و گیان دنیا میں کسطرح سے بھلا ہووے انکا مان؟
اب بھی جو اپنی آتمک شکتی کو لیں پہچان بالک بنیں یہ من کے تو قابو میں ہو جہان

جڑ کی بھلا ہے تاب کیا چیتن کے سامنے؟
دھن چیز کیا ہے دیدۂ روشن کے سامنے؟

اوم شم

؎ اہل ہند کی "ناگ پوجا" پر اکثر ناواقف شخص تمسخر اڑاتے ہیں۔ لیکن اگر وہ ذرا غور سے دیکھیں۔ تو معلوم ہو۔ کہ ہندوستان میں جہاں ایک طرف (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۴۴)

**قابلِ عزت (پوجا کے یوگیہ) کون ہے؟ لکشمی شکتی یا سرسوتی؟**

چونکہ دنیا میں نہ صرف اولاد اور لذتِ نفسانی بلکہ دولت کی ہی خواہش عالمگیر ہے۔ بلکہ دوسروں سے عزت حاصل کرنے کا جذبہ بھی ہر وقت ہر شخص کے دل میں موجیں مارتا رہتا ہے۔ اس لئے چند لفظ اس کے متعلق بھی یہاں پر لکھنے بیجا نہ ہوں گے۔ کیونکہ جس طرح بعض ممالک میں خوبصورتی کا معیار غلط اصولوں (خلافِ قدرت) پر قایم کرنے سے اس کا نتیجہ قومی تکالیف کیصورت میں پیش آتا ہے (مثلاً اہلِ چین کا عورتوں کے پاؤں کو بذریعہ آہنی جوتے کے چھوٹا رکھنا اور اہلِ انگلستان کا بذریعہ پیٹی کے کمر کو پتلی رکھنے کی کوشش کرنا وغیرہ جس سے کئی قسم کے امراض رونما ہوتے ہیں) ویسے ہی پبلک کیطرف سے عزت افزائی کا معیار بھی غلط بنیاد پر قایم ہونا قومی تباہی کا پیش خیمہ ہوتا ہے۔ چونکہ موجودہ زمانے میں عام طور پر خطاب یافتہ یا دولتمندوں کی حد سے زیادہ عزت ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ اہلِ ہند عام طور پر بالخصوص ان باتوں پر دلوانے ہو رہے ہیں۔ حتےٰ کہ اگر انسانیت کے معاوضے میں بھی ان کا حصول دیکھتے ہیں۔ تو بھی دونو ہاتھ پھیلائے دوڑتے ہیں۔ اور اس بات کے سوچنے کیضرورت نہیں دیکھتے۔ کہ "اپنے تئیں کھو کر اگر "ترلوکی" کو بھی پایا تو کیا حاصل"؟ مگر خیر! کسیکی شخصیت سے ہمیں کچھ بحث نہیں۔ چونکہ معمولی خطابات کے حصول کی دُھن میں "آنکھ

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۳) اُپنشد وکھٹ درشن وغیرہ کیصورت میں اعلےٰ ترین درجے کی فلاسفی پائی جاتی ہے۔ وہاں دوسری طرف اس کے ساتھ ہی مختلف قسم کے جانوروں وغیرہ کی پوجا کی شکل میں نہایت مکروہ اور مضحکہ خیز جو توہمات دیکھنے میں آتے ہیں۔ اون کا ضرور کوئی نہ کوئی معقول باعث ہے۔ چنانچہ آریہ ورت کے اہلِ عقل کی یہ رائے ہے۔ کہ جو لوگ فلسفہ کی باریک رموز کو سمجھنے کے ناقابل تھے۔ ان کے لئے اعلےٰ اصولوں کو "بُت پرستی" کے استعاروں میں ظاہر کیا گیا ہے۔ جس کو بیوقوف لوگ لکیر پیٹنے کیطرح سچے نا سمجھ بیٹھے ہیں۔ چنانچہ اس امر کی تصدیق اسطرح پر بھی ہوتی ہے (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۴۵)

کے اندھے اور گانٹھ کے پورے کی طرح آنکھیں بند کر کے دھن کا ضائع کرنا شادی کے موقعہ پر اظہار دولتمندی کے لئے ہزاروں روپیہ پر جو گاڑھے پسینے کی کمائی ہو۔ آتشبازی وغیرہ کیصورت میں آگ لگا کر پانی پھیر دینا اور زیورات سے حاصل کردہ سنہری رنگ کو باعثِ عزت سمجھ کر غم قرضہ سے زرد رو ہونا وغیرہ اہلِ ہند کی بربادی کا باعث ہوئے سے ان میں "معیارِ عزت" کی غلطی کے بدیہی ثبوت ہیں۔ اس لئے عام اصول کو مدنظر رکھ کر یہ ظاہر کیا جاتا ہے۔ کہ کہ درحقیقت قابلِ عزت کون ہونا چاہیئے؟ سو معلوم رہے۔ کہ جس طرح خولصورتی کی بنیاد "قوانینِ صحت" پر ہی رکھنا اس کا صحیح طریق احساس ہے ویسے ہی عوام کیطرف سے صرف وہ شخص عزت کا مستحق ہونا چاہیئے۔ جو کہ اعتدال اور اتحاد روپی انسانیت کے زیوروں سے آراستہ ہونے سے دیگر اقوام کے مقابلے میں اپنی قوم کو عزت کی چوکی پر بیٹھانے کا کارن ہو۔ بالفاظ دیگر جو کہ اپنی ضروریات سے زائد روپیہ یا دیگر شکتیوں کو رفاہ عامہ میں خرچ کرتا اور بھگوان رام یا کرشن کے "پرشوتم" پدوی پانے کی طرح "سچے انسان" کا خطاب پاتا ہے۔ نہ کہ وہ "انسان نما" شخص جس نے طرح طرح کے ناجائز وسائل سے راون یا کنس کیطرح غریبوں کا خون نچوڑ کر بھی روپیہ جمع کیا

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۴) کہ اہلِ ہنود کے تینوں قسم کے من اور تن وغیرہ کے علوم "منتر تنتر اور جنتر" اپنے اصلی معنوں کو کھو کر آجکل جادو کے ہی معنوں میں استعمال ہوتے ہیں کیونکہ علمی طاقت سے جو امور ممکن تھے۔ وہ جاہلوں نے "فوق القدرت" طاقت سے ہی منسوب کر دیئے۔ "پنچ دشی" وغیرہ حساب کے معمولی نقشوں

| ۶ | ۱ | ۸ |
|---|---|---|
| ۷ | ۵ | ۳ |
| ۲ | ۹ | ۴ |

کو ہی کل شکتیوں کا مخزن سمجھ بیٹھے۔ در ینحالات "ناگ پوجا" کیوجہ یہ نہیں۔ کہ اس سے خوف کھا کر لوگوں نے اس کو پوجنا شروع کر دیا۔ بلکہ ہندو رشی "انسان" کو قدرت کا اعلےٰ ترین ظہور سمجھ کر چونکہ ہمیشہ "آتم گیان" کی ہی تحقیقات میں محو رہتے تھے۔ اسلئے اونہوں نے انسانی فطرت کو دو صورتوں (گیان روپی امرت (آتما) (بقیہ حاشیہ برصفحہ ۱۴۶)

ہو۔ اور پھر اس کو لذات نفسانی کے لئے صرف کرتا اور لوگوں کے ادنے جذبات کو بھڑکا کر حصول مدعا کے صحیح راستے سے گمراہ کرتا ہو۔ گذشتہ زمانے کے رشیوں کا برہمچاری۔ برہمن اور سنیاسی کی عزت کرنا (جو کہ دوسرے دن کا بھوجن تک گھر میں رکھنا اور روپیہ پیسہ کو ہاتھ تک لگانا پاپ سمجھتے تھے) اس روشنی نما تاریکی کے زمانے میں ہماری رہنمائی کے لئے اصلی روشنی کے مینار کا کام دیتا ہے۔ تاکہ ہم بھی "لکشمی" کی جگہ پوجا کی دیوی "سرستی" کو بنائیں اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ جس طرح کائنات میں نباتات اور جسم انسانی میں معدہ وغیرہ اعضاء کا ہونا ازبس ضروریات سے ہے ویسے ہی قوم میں دولت مندوں کی موجودگی اس کی سرسبزی کا لازمی سادھن ہے۔ تاہم جائز وسائل (پیداوار۔ تیاری اور تقسیم) سے دولتمند ہونے والا شخص اپنی لاثانی قابلیت کیوجہ سے اپنے ہم پیشہ اصحاب (ورن) میں تو قابل عزت ہوسکتا ہے۔ تاکہ دوسروں کو بھی ایسا کمال حاصل کرنے کا شوق بڑھے۔ لیکن قوم کے نقطۂ نگاہ سے دستار فضیلت کا صرف وہی شخص مستحق ہوتا ہے۔ جو کہ گیان اور کرم کی بدولت جسم انسان میں "سر" کی طرح سب سے اعلےٰ رہنے کی قابلیت رکھتا ہے۔ چنانچہ "دیوالی"

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۵) اور دوشے روپی زہر (من) میں منقسم کر کے کہیں تو اسے وشنو اور شیش ناگ کیصورت میں ظاہر کیا۔ اور کہیں کرشن اور کالی ناگ کی صورت میں۔ جن میں سے اولذکر اگر "رحمانی" قوت کا مظہر ہے۔ تو آخر الذکر "شیطانی" کا۔ چنانچہ حضرت موسیٰؑ کے دو معجزات (ید بیضا و مار عصا) اگر من کے ہی دونوں پہلوؤں پر دلالت کرتے ہیں۔ تو آدم و حوا کو جو شیطان کا سانپ کیصورت میں بہکانیوالا کیا گیا ہے۔ وہ بھی اسی خیال کی تصدیق کرتا ہے۔ جو کہ رتھ کے گھوڑوں کیطرح نفس ادنےٰ کو بھی غلط راستے سے روکنا ہی مقصود تھا۔ نہ کہ اس کو بالکل مار دینا۔ اس لئے "خود ضبطی" کو "سانپ کی پوجا" (تعظیم یا قدر کرنے) کیصورت (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۴۷)

کے تیوہار پر (جو کہ لکشمی پوجا کا دن ہے) "روشنی کرنا" بھی اس امر کی حقیقت پر روشنی ڈالتا ہے۔ کہ لکشمی کے صرف اس گھر میں داخل ہونے کے "جہاں روشنی زیادہ ہو" یہ معنے ہیں۔ کہ "دولت" گیانوان کیطرف ہی رجوع کرتی ہے۔ نیز "یہ لکشمی" (شری = شوبھا) کی صورت میں شوبھا کا رس صرف اوسی شخص کو دیتی ہے۔ جس کا دماغ علم کے نور سے منور ہو گویا گیان سوروپ بھگوان وشنو کی پتی برتا استری ہونے سے وشنو بھگتوں کے گھر میں ہی شانتی اور عزت کا کارن ہو سکتی ہے۔ ورنہ یوں تو ڈاکوؤں اور کنجروں کے گھر میں بھی دولت بہت ہوتی ہے۔ مگر وہاں پر بدکار استری کی طرح دکھ اور بے عزتی کا ہی باعث ہوتی ہے ۔

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۶) میں ظاہر کیا گیا۔ چنانچہ اسی "سنیم" کی بدولت مہادیو (جو کہ راجا کا مظہر ہے) کے گلے میں زہر (نیلکنٹھ بنانیوالی) اور زہریلے سانپ زیورات یا آرایش کا کام دیتے ظاہر کئے گئے ہیں۔ گویا راجا "سچا ویراگی" ہونے سے ہی کلیان روپ ہوتا ہے۔ اور اس کے پاس دولت کی زیادتی عیب نہیں۔ بلکہ ثواب کا کام دیتی ہے۔ چونکہ "ہندو النکار ودیا" (مائتھالوجی) میں "پانی" مادہ دنیا کا مظہر ہے۔ اس لئے نہ صرف وشنو کو سمندر میں۔ کرشن کو جمنا میں اور مہادیو کو گنگا میں ظاہر کیا۔ بلکہ کچھپ اوتار کیصورت میں بھی مندراچل پربت کے گرد ناگ کو رسی کیطرح لپیٹ کر سمندر کا ہی متھنا بیان کیا گیا ہے۔ جس میں دیوتا اور اسر لگے ہوئے تھے (جن کے اوصاف گیتا کے سولھویں ادھیائے میں بتفصیل مندرج ہیں) جن میں سے اسر تو زہر کے اثر سے تکلیف اوٹھاتے رہے۔ اور امرت دیوتاؤں کے حصے میں آیا۔ مطلب اس سے یہ ہے کہ سانپ کے "زہریلا اور بیضرر" دو سرے ہوتے ہیں۔ سانپ کی مشابہت "کال" یعنے وقت سے دیگئی۔ جس کے دو پہلو "رات و دن" اپنے اوصاف اندھیرے اور روشنی کیوجہ سے مالسنک اودیا اور گیان کے مظہر ہوتے ہیں۔ چنانچہ ایک طرف "کال" شبد اگر موت کا مترادف ہے (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۴۸)

یا یوں سمجھیں۔ کہ سیتا روپی لکشمی کو جو اُن کے پتی رام روپی وشنو کا
نرادر کر کے اپنے قبضے میں لاتا ہے۔ وہ اون کی ورودشاراؤں کی طرح کرانے
کا کارن ہوتی ہے۔ اِس لئے ہر کس وناکس کو دولتمند دیکھ کر اوس کے سامنے
سر جھکانا گویا خود اپنے ہاتھوں قومی بےعزتی کے سادھن پیدا کرنا ہے۔ کیا
سنہری جھول اوڑھنے سے "گدھا" پوجا کے یوگیہ اور "سانپ" خزانے پر
بیٹھنے سے عزت کا مستحق بنجاتا ہے؟ اگر نہیں۔ تو وہ دولتمند جو کہ بلحاظ گن

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۷) تو دوسری طرف "دائمی زندگی" بھی اسی کی بدولت پراپت ہوتی
ہے۔ کیونکہ کائنات کی جدوجہد میں جو "بھوگ اور گیان" کے سادھن ظہور پاتے ہیں
ان میں سے "جو منومہنی" روپی بھوگ شکتی کے جال میں پھنس گئے۔ وہ تو مارے گئے
لیکن دوسرے "امر" ہو گئے۔ گویا "کال" کی بدولت ہی ہلاک ہونیسے بچکر موکش کو
پراپت ہوئے۔ یہی "کال" یم ہے جسے اوپنشدوں میں نچکیتا کو ہر قسم کے بھوگوں کے
پیش کرنے والا اور ان سے نفرت کرنے پر برہم ودیا کا دینے والا بیان کیا گیا ہے
اور اسی "کال" کے روپ میں بھگوان کرشن نے گیتا کے گیارھویں ادھیائے
میں وشوروپ دکھا کر اپنے تئیں منسوب کیا ہے۔ جو کہ دریودھن آدک کو ہلاک
کر کے اور ارجن کو برہم ودیا سکھانے کے لئے ظہور پذیر ہوا تھا۔ چونکہ وقت
سُوریہ سے پیدا ہوتا ہے۔ اِسی لئے "کال" کو سُوریہ کا پتر بھی بیان کیا گیا ہے
چونکہ سُوریہ سے پیدا شدہ کرنوں کی بدولت ہی پرتھوی اپنے محور کے گرد آکاش
کے لا انتہا سمندر میں گھومتی ہے۔ اور اس تمام شکتی کا آدھار برہم کی ذات
(جو کہ جل تھل میں یکساں رہنے سے "کچھپ" کہلاتی ہے) ہے۔ یہی "اچل"
مندرا کا کالی ناگ کی رسی کی بدولت گردش کرنا ہے۔

غرضیکہ شخصی حیثیت میں اگر ناگ "من" کے معنوں میں آیا ہے۔ تو دنیاوی
حیثیت سے اس کو "وقت" کا مظہر بیان کیا گیا ہے۔ چنانچہ نہ صرف "سانپ"
کے ساتھ "من" کا تعلق اظہر من الشمس ہے۔ (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۴۹)

کرم اور سوبھاؤ کے حیوانوں سے بھی بدتر ہو۔ (کیونکہ حیوان تو اپنے محدود
فطرتی اوصاف کیوجہ سے مجبور ہیں۔ مگر وہ باوجود قابل ہوسکنے کے نیچے
گرتا ہے) کیونکر عزت کا مستحق ہوسکتا ہے؟۔ غالب نے کیا خوب کہا ہے

؎ مشکل ہے ہر اک کام کا آساں ہونا * آدمی کو بھی میسر نہیں "انساں" ہونا

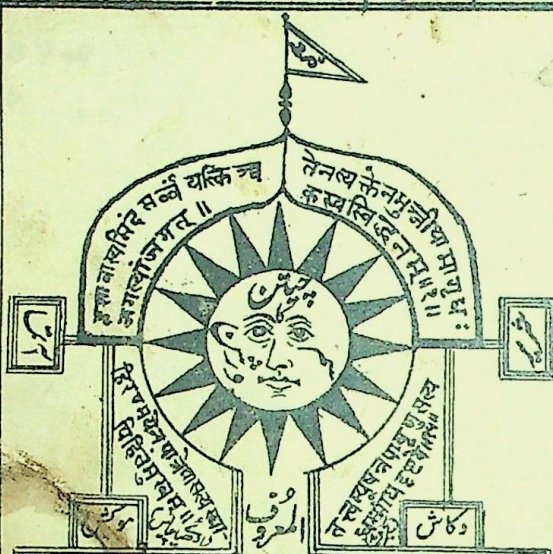
(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۸) (بقولیکہ:۔ ؎ بتادو ہم تیرے اِس عارض و کاکل کو کیا سمجھیں
اِسے ہم "سانپ" سمجھیں اور اُسے "من" "سانپ کا سمجھیں) بلکہ میٹا فزکس میں "ماسنک
عالم" کو بھی "کال" کے رشتوں میں ہی جکڑا ہوا تسلیم کیا جاتا ہے۔ اور اسی "کال"
کے نہ ناش ہونے کی وجہ سے اگر اس کو "شیش" (اننت) ناگ کا نام دیا گیا ہے۔
(جس نے پرتھوی کو دھارن کیا ہوا ہے) تو اسی کے لفظی سمبندھ سے کہیں کہیں
"کالی" ناگ کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ "وشنو" کے معنے بھی "سوریہ" کے مسلمہ
ہیں۔ اس لئے اس کا شیش ناگ روپی کال پر قادر ہونا عین موزوں ہے۔ چونکہ
پرندوں میں گرڑ سانپ کا دشمن ہے۔ اسی لئے "نفس ادنےٰ" روپی سانپ کو قابو
میں لانے والی شکتی کو وشنو سے منسوب کرنے پر اگر اس کی سواری گرڑ کہی گئی ہے
تو مہادیو کا سمبندھ اسی شکتی سے ان کا نام ہی "نیلکنٹھ" ہونے سے ظاہر ہے جو
کہ "گرڑ" کا ہی دوسرا نام ہے۔ نیز بیرونی دنیا میں اگر "سوریہ" چرخ نیلگوں کے تخت پر
جلوہ نما ہوتا ہے۔ تو کرشن کے "سانورا" (گھنشام) سوروپ بنانیکا کارن ہی "کالی
ناگ" کو قابو کرنا کہا گیا ہے۔ اور "یمنا" کو "کال" کی بہن قرار دیا گیا ہے۔ علیٰ ہٰذالقیاس
بہت سی رموز ان حکایات میں مخفی ہیں۔ جو کہ "نفس ادنےٰ" کو سانپ سے اور "نفس
اعلےٰ" کو دیوشکتی سے تعلق باندھنے والی ہیں۔ چنانچہ۔ دودھ۔ کیلے اور سیمیاں وغیرہ
جو غذا سانپ کی پوجا کے لئے استعمال کی جاتی ہیں۔ ان سے مراد ستوگنی بھوجن سے
ہے۔ جس کی بدولت خواہشات نفسانی دبائی جاسکتی ہیں۔ "یوگ" کی اِصطلاح
میں "کنڈلنی" (جو سانپ سے مشابہ ہے) سے گذرنا لازمی ہو جسسے مراد ہے۔ کہ "سپائنل
کارڈ" (جو ادنےٰ درجے کے مرکز رکھتا ہے) سے اوپر "دماغی زندگی" (بقیہ حاشیہ بر صفحہ ۱۵۱)

پس جس طرح بھگوان رامچندر جی کے راکشسوں کو مار کر اپنے سجد ھام "اودھ پوری" میں تشریف لانے پر خوشی کا روز ہونے سے وہی "دیوالی" کا دن جو پہلے "لکشمی" پوجا کا تیوہار تھا۔ "شکتی" کی پوجا سے بھی منسوب ہونے لگا۔ اور اب تقریباً تیس سال سے اپنے نام راشی "دیانند سرسوتی" کے اودیا روپی اندھکار کو مٹا کر پرم دھام کو سدھارنے کی وجہ سے "سرسوتی" پوجا کے تیوہار کا بھی روپ دھارن کر کے اپنے ایوولیوشنری سٹیج کی تیسری منزل پر پہونچ گیا ہے۔ ویسے ہی گذشتہ ایام میں گو بہ لحاظ حالات کے کبھی دولت والوں (ویشوں) کی اور کبھی شکتیمان یعنے کشتریوں کی پوجا ہوتی رہی ہو۔ لیکن موجودہ زمانہ تقاضا کرتا ہے۔ کہ پوجا صرف سچے برہمنوں کی ہونی چاہئیے تاکہ "(ع ابتدائے کار جو تھی انتہائے کار بھی)" کے مسئلے کے بموجب شروع پیدایش کی طرح پھر ست جگی نقشہ نظر آوے۔

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۹) (غور و خوض) میں زندگی بسر کرے۔ اسی لئے گیتا میں اہل فلسفہ کو "راج یوگی" کہا گیا ہے۔ باقی رہا سوال تیوہاروں کا سو وہ کئی صورتوں پر منقسم ہیں:۔ (۱) موسمی مثلاً چھ مہینے کے بعد نوراتے۔ سال کے بعد بسنت و بیساکھی۔ بارہ سال کے بعد کنبھ وغیرہ (۲) قومی تیوہار (چاروں ورنوں کے) مثلاً رگ ترپنی (گیان کی پوجا) دسہرہ (آلات جنگ کی) دیوالی (لکشمی کی) ہولی (اودیا کی) (۳) ہیرو ورشپ = رام نومی۔ درگا اشٹمی۔ گنیش چوتھ وغیرہ (۴) انسانی رشتہ داروں کے۔ کروا چوتھ۔ (خاوند کی) بھیا دوج (بھائی کی)، ہوئی (بیٹے کی) وغیرہ (۵) حیوانی رشتہ داروں کے = گوپ اشٹمی (گائے کے تعلق میں جو جسم کے لئے مفید ہے) ناگ پنچمی (جو من کا ادنے پہلو ہے) گرڑ (جو من کا اعلےٰ پہلو ہے) وغیرہ (۶) اپنی صحت کے = جنم دن یا خاص برت دھارن کرنے کے مثلاً ایکادشی وغیرہ ۱؎ گرہستی پورش کا گھر اگر "بیرونی دنیا" میں ہے۔ تو رشی سنیاسی لوگ اپنا گھر "باطنی عالم" میں ہی تسلیم کرتے ہیں۔ بقول لیکہ ؎
جھوٹا گھر کو گھر کہیں سچے گھر کو گور ... چلیں تسنت گھر اپنے تو لوگ مچا دیں شور۔

ورنہ جیسا کہ اخبار "ہندوستان" (مورخہ ۳۰ - اکتوبر ۱۹۳۲ء صفحہ ۲۶) میں بعنوان "پنجاب میں ۲۲ لاکھ عورتیں کیوں گم ہیں"؟ لکھا گیا ہے۔ اگر ناجائز وسائل سے کمانے والوں اور نامناسب طور پر خرچ کرنے والوں کی عزت ہوتی رہی۔ تو ضروری ہے۔ کہ ٹھگی - چوری - جوا - جھوٹ اور دختر کشی اور زناکاری وغیرہ جرایم کی بدولت "کلجگ" کا راج قایم رہے۔

آخرالامر یہ کہ جس طرح شنکر سوامی اور دیانند وغیرہ رشیوں نے (جن کے خیال میں "اوم" کا پوجاری بمقابلہ "وشنو شیو اور برہما" کے اوپاسکوں کے سچا آنند حاصل کر سکتا تھا) ویدک دھرماولمبیوں کی اصلاح کی ضرورت محسوس کر کے ان کے لئے جانیں قربان کی ہیں۔ ویسے ہی آج ان کے نام لیوؤں کے عملی پہلو میں "پبلک رائے" کی اس خاص درستی کی ضرورت ہے۔ کہ وہ بمقابلہ دھن - تن اور من کی یکطرفہ قابلیت رکھنے والوں کے سچے "یوگ" بھگتوں کی خاص عزت کرے - اور ملش دھرم سے گرے ہوئے یعنی بد اخلاق (خود غرض - اہمانی جھوٹے حاسد وغیرہ) جاہل (علوم طبعی و روحانی سے بے بہرہ) اور بیماروں (بدہضمی - قبض یا ہیچو دیگر اپنی لاعلمی کے نتائج والوں) کو بھی اسی نگاہ سے دیکھے - جیسے کہ "نردھن" یا "کوڑھیوں" وغیرہ کو دیکھا جاتا ہے - تاکہ قومی عزت سے محروم ہونے کی وجہ سے جس طرح "دھنوان" بننے کے لئے بلا تمیز نیک و بد ہر شخص سر سے پاؤں تک کوشش کرتا دیکھا جاتا ہے - ویسے ہی ہر فرد قوم دھن کو صرف جائز طریقوں سے حاصل کرتے ہوئے تن اور من کی شکتیوں کو بھی حاصل کرنے کی طرف راغب ہو - کیونکہ بھگوان کرشن کے سدھانت الوسار قومی ترقی کا راز اسی تثلیث نما وحدت یعنی ترمورتی پوجا کی ہم آہنگی میں

سبھے ؕ اوم ششم ؕ

یہیں پہ اس نے سوراجیہ پا کر جس نے ستا میں من لگایا
برہم نردوش سم ہے چیتن وہ گویا اُس میں ہی جا سمایا
چیتن
المعروف
فلسفۂ اعتدال
حصہ دوئم
مصنفہ
ڈاکٹر چُونی لعل چیتن
مہتمم شفاخانہ "پاسٹر انسٹی ٹیوٹ آف انڈیا"
کسولی
۱۹۱۷ عیسوی
سمبت ۱۹۷۴ بکرمی
زیرِ اہتمام لالہ بھوانی داس صاحب آریہ سٹیم پریس لاہور میں طبع ہوا
پینا چاہے پریم رس راکھا چاہے مان
ایک میان میں دو کھڑگ دیکھا سُنا نہ کان
بار اول
قیمت فی جلد

ओ३म् :

सा० संख्या ———— पंजिका संख्या ————

पुस्तकों पर सर्वप्रकार की निशानियां लगाना अनुचित है ।

कोई विद्यार्थी पन्द्रह दिन से अधिक पुस्तक नहीं रख सकता ।

## تن کا ابھیاس

**نوٹ:۔** پہلے باب کی طرح یہاں بھی شروع میں اتنا نوٹ کردینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ چونکہ شخصی ہستی یا نیستی کا انحصار صحت بدنی پر ہے۔ اس لئے جہاں عام طور پر ہر شخص کو "قیام ہستی" کا طالب ہونے سے اس کے دیوتا شوروپ پرماتما کا بھگت یعنے شیئو ہونا چاہیئے۔ وہاں قومی حیثیت میں شکتیمان ہونے یعنے طاقت بدنی کا کمال حاصل کرنے کے گن کرم سبھاؤ جس میں پائے جاتے ہیں۔ وہ "کشتری ورن" کہلاتا ہے اس لئے شکتی کے بھگت یعنے "شاکت" صرف انہی کو ہونا چاہیئے۔ جن کا دھرم کمزوروں کی رکشا کرنا ہوتا ہے ؞

---

ایک شاعر نے کیا ٹھیک کہا ہے:۔

تنگدستی اگر نہ ہو غالب ؛ تندرستی ہزار نعمت ہے

کیونکہ انسانی زندگی کے اعلیٰ وسائل کار یعنے علم و عمل کا دار و مدار اور طوالت حیات و حصول راحت کا انحصار صرف جسمانی صحت پر ہی دیکھا جاتا ہے۔ نیز نہ صرف شخصیت کے متعلقہ امور بلکہ قومی طاقت کا راز بھی اسی خوبی میں مخفی ہے ؛ اگرچہ دیگر تمام ضروریات دنیاوی کو پورا

کرنے کے لئے روپیہ درکار ہوتا ہے۔ لیکن تندرستی وہ دُرِ شہوار ہے۔ جس کے سامنے زر بھی بے آب و شرمسار ہے۔ بلکہ حصول مبلغات کا بھی صحت بدنی ہی سب سے بہتر اوزار ہے۔ چنانچہ روائیت ہے کہ ایک فلاسفر کو ایک دفعہ چوروں نے لُوٹ لیا۔ جب اس کے دوست اس کے پاس آکر افسوس کرنے لگے۔ تو اس نے کہا۔ افسوس کی کون سی بات ہے؟ آنکھ کان یا ہاتھ پاؤں وغیرہ حواس عشرہ جن کی بدولت میں نے یہ دولت کمائی تھی۔ وہ سب میرے پاس بدستور موجود ہیں۔ اس لئے میں پھر ویسے ہی کما سکتا ہوں۔ افسوس تو تب ہوتا۔ اگر ان میں کسی قسم کی کمی آجاتی ؎

چرا نالہ کسے از تنگدستی ؛ کہ گنج بیقیاس است تندرستی

اور بیماری کی حالت میں نہ صرف آمدنی کا سلسلہ بند اور اخراجات کی زیادتی ہونے سے مرض اور مفلسی لازم ملزوم ہو جاتے ہیں۔ بلکہ اگر مریض کافی مالدار بھی ہو۔ تاہم وہ روپیہ اس کے لئے تسکین قلبی کا موجب ثابت نہیں ہوتا۔ حتےٰ کہ بعض امراض کی شدت میں مریض اپنی کثیر جائیداد نذر کر دینے کو تیار ہوتا ہے۔ بشرطیکہ اس کو تکلیفِ مرض سے رہائی دلائی جاوے۔ جس سے ثابت ہوتا ہے۔ کہ بیشمار روپیہ بھی صحت جسمانی کے مقابلے میں نہیں ٹھہر سکتا۔ تندرست شخص اگر مزدوری سے اپنا پیٹ پالتا ہے تو بھی مریض بادشاہ کی نسبت اپنی زندگی نہایت خوشحالی سے بسر کرتا ہے۔ وہ سچی خوشی جو منش جیون کا قدرتی ورثہ ہے۔ مریض بادشاہ کو دن رات کے چوبیس گھنٹوں میں ایک منٹ کے لئے بھی نصیب نہیں ہوتی۔ بلکہ یہ چند روزہ زندگی بھی اس کے لئے وبال جان ہو جاتی ہے۔ بقولیکہ ؎

عمر اگر خوش گذرد زندگئے خضر کم است
ور بناخوش گذرد نیم نفس بسیار است

جس وقت عام لوگ گہری نیند کی بہار لُوٹتے ہیں۔ وہ بچارا بیقراری

کی حالت میں پڑا تارے گنتا ہے۔ دُکھ کا ایک ایک لمحہ برسوں سے زیادہ محسوس کرتا ہے۔ حالانکہ تندرست مزدور جب دن بھر کی محنت کے بعد اپنی مزدوری کے چند آنے لے کر شام کے وقت اپنے گھر واپس آتا اور اپنے بال بچوں میں بیٹھ کر روکھی سوکھی روٹی سے شکم پوری کر کے ان سے پیار بھری باتوں میں مصروف ہوتا ہے۔ تو اس کی دن بھر کی تکان یکدم کافور ہو جاتی ہے۔ اور وہ حقیقی بشاشت اس کے چہرہ پر جلوہ نما ہوتی ہے۔ گویا تمام دنیا کی بادشاہی اس کی نظروں میں ہیچ ہے۔

دل فقر کی دولت سے میرا اتنا غنی ہے
دنیا کے زر و مال پہ میں تف نہیں کرتا

اور جس وقت رات کو اپنی ننگی چارپائی پر لیٹتا ہے۔ تو دن بھر کی ورزش کے باعث ایسی آرام کی نیند سوتا ہے۔ کہ مریض بادشاہ کو پُر تکلف اور ملائم بسترے والے پلنگ پر خواب میں بھی نصیب نہیں ہوتی۔ مطلب مختصر یہ کہ خواہ کتنے ہی سامان راحت بخش موجود ہوں۔ لیکن مریض شخص کے لئے سب کے سب تکلیف دہ ہو جاتے ہیں۔ قوت ذائقہ کے خراب ہو جانے کی وجہ سے کسی قسم کی لذیذ اغذیات اس کی طبیعت کو فرحت نہیں پہنچا سکتیں۔ بلکہ بھوک کے نہ رہنے سے غذا سے خاص نفرت ہو جاتی ہے۔ میٹھے شربت اور خوشبودار عرق اس کو کڑوے اور بُرے معلوم ہوتے ہیں۔ کمزوری کی ترقی پر بدنی صفائی سے بھی معذور ہو جاتا ہے۔ لہٰذا اپنے بدن سے آپ ہی بدبو آنے لگ جاتی ہے۔ جو کہ دماغی پریشانی کا باعث ہوتی ہے۔ پہلو میں اگر کوئی آہستہ سے بھی بات کرے۔ تو ناقابل برداشت ہو جاتی ہے۔ طبیعت میں بے چینی اور جوش زیادہ ہو جاتا ہے۔ بات بات پر رنجیدہ دل اور کبیدہ خاطر ہوتا رہتا ہے۔ آنکھوں کے سامنے مہیب اور خوفناک خیالی تصاویر ناچتی

معلوم ہوتی ہیں۔ سر سے پاؤں تک ہر ایک عضو میں درد کی شکایت ایک لمحہ کے لئے چین نہیں لینے دیتی۔ بخار کی حرارت سے بدن پھکا جاتا ہے۔ اگر خدانخواستہ دم بھر کے لئے آنکھ لگ بھی گئی۔ تو وحشتناک خواب فوراً چونکا دیتے ہیں۔ اور گھبرا کر جاگ اٹھتا ہے۔ غرض نہ دن کو چین نہ رات کو قرار پاتا ہے:۔

دن کٹا فریاد میں اور رات زاری میں کٹی
عمر کٹنے کو کٹی پر کیا ہی خواری میں کٹی

اپنی تکالیف کے ٹھیک طور پر ظاہر نہ کر سکنے کی وجہ سے مددگاروں پر خفگی کا اظہار کرتا ہے۔ کبھی جھنجھلاتا ہے۔ کہ وہ میرے اشاروں کو ٹھیک کیوں نہیں سمجھتے۔ کبھی بڑبڑاتا ہے۔ روتا ہے۔ چلاتا ہے آخر کار مختلف قسم کی دیگر تکالیف ناگفتہ بہ کی بدولت اپنی حالت زار سے بیزار ہو کر موت کے لئے دست بدعا ہوتا ہے:۔

بدل دے اور تن اس تن کے بدلے
الٰہی تو تو رب العالمین ہے

اور خود کردہ غلطیوں کو خیال میں لا کر پشیمان ہوتا اور کف افسوس ملتا ہؤا کہتا ہے:۔

از وجود خود نہ کردم ہیچ سُود — آنچہ گفتم و آنچہ کردم ہیچ بُود
چُوں توانستم ندانستم چہ سُود — چُوں بدانستم توانستم نہ بُود

مگر افسوس! وہ گذرا ہؤا وقت کمان سے نکلے تیر کی طرح اب واپس نہیں آسکتا + اگر شروع سے ہی صحت کے اصولوں پر کاربند ہوتا۔ تو اِن مصیبتوں کے پنجے میں نہ پھنستا۔ اور مختلف امراض کا شکار نہ ہوتا۔

ہر کس از دست غیر نالہ کند — سعدی از دست خویشتن فریاد

کتنے افسوس کی بات ہے۔ کہ لوگ دنیا میں ہر قسم کے بیرونی کاروبار کے لئے کمال درجے کی واقفیت بہم پہنچاتے ہیں۔ لیکن اپنے جسم کے

متعلقہ کسی قسم کے عمل سے وقوف حاصل نہیں کرتے۔ جتنے کہ ضروریات زندگی یعنے کھانا پینا کھیلنا سونا وغیرہ کسی کام کی حقیقت سے بھی اصولاً واقف نہیں ہوتے۔ صرف عادتی طور پر بھیڑ چال چلے جاتے ہیں۔ اور نتیجہ جو کچھ پاتے ہیں۔ اظہر من الشمس ہے۔ یعنے سو میں سے ایک شخص بھی اپنے تئیں ہر طرح سے تندرست کہنے کا دعوےٰ نہیں کر سکتا۔ کسی کو بد ہضمی کی شکایت ہے۔ تو کسی کو سر دردی کی۔ کوئی بواسیر کی مرض میں مُبتلا ہے۔ تو کوئی اعضاء تناسل کی۔ غرضیکہ ہر ایک کسی نہ کسی تکلیف میں مُبتلا ہی نظر آتا ہے :۔

سچ ہے دنیا مریض خانہ ہے
رنج میں سب کو مُبتلا دیکھا

مبارک ہیں وہ جو کہ گذشتہ کا فکر اور آیندہ کی اُمید دل سے دُور کرکے زمانہ حال کو قوانین حفظان صحت کی پیروی میں صحیح طریقے پر استعمال کرنے سے بذریعہ صحت جسمانی انسانی زندگی کا حظ اُٹھاتے اور مقصد زندگی میں کامیابی حاصل کرتے ہیں + موت ہر وقت تنفس کے آرۂ دو دم سے زندگی کی جڑ کو کاٹ رہی ہے۔ آج کے پیدا ہوئے بچے سے لیکر سو سال کے بوڑھے تک سب کے کھا جانے کے لئے اس کا مُنہ یکساں کھُلا ہے۔ اس لئے ان قابلِ رحم اشخاص کے لئے جو کہ نشۂ غفلت میں مدہوش ہونے کی وجہ سے فرعون بے سامان کی طرح اپنی حقیقی منزل سے بیخود ہو کر لذات نفسانی میں غرق ہو رہے ہیں۔ اور بباعث لاعلمیٔ قوانین صحت اپنی آیندہ زندگی کو اپنے لئے آتش دوزخ کا نمونہ بنا رہے ہیں۔ یعنے نادانی کی بے احتیاطیوں اور غلط کاریوں کی بدولت مختلف امراض کا شکار ہونے کی بنیاد قائم کر رہے ہیں۔ یہ چند امور ذیل میں درج کئے جاتے ہیں۔ تاکہ ان پر عمل کرکے خود فائدہ اُٹھائیں اور دوسروں کے لئے قابل تقلید مثال قائم کریں +

چونکہ قیام صحت کے لئے طریقۂ نفی واثبات دو قسم کی ہدایات پر عمل کرنا لازمی ہے۔ (۱) بیماریوں کے اسباب سے اپنے تئیں محفوظ رکھنا۔ (۲) قوانین زندگی کی باقاعدہ پیروی کرنا ۔ اس لئے ان دونو کا مختصر طور پر علیحدہ علیحدہ بیان کیا جاتا ہے:۔

## اسباب الامراض جسمانی

اگرچہ بیشمار امراض نوع انسانی کی دشمن جان ہیں۔ جن میں سے ہر ایک اپنے متعلقہ مختلف اسباب سے عمر کے مختلف حصوں میں ظہور پذیر ہوتی ہے۔ فرداً فرداً ان کی تفصیل طب کی کتابوں میں دیگئی ہے۔ لیکن مجموعی طور پر تمام امراض صرف دو صورتوں پر منقسم ہیں:۔

"ا"۔ پیدائیشی یا موروثی امراض۔ جو کہ والدین سے اولاد کو ورثے میں ملتے ہیں۔ یا ایام حمل میں والدہ کی بے احتیاطیوں سے وقوع پذیر ہوتے ہیں۔ اور جن کے روکنے میں انسان بذات خود مجبور و معذور ہوتا ہے۔ لہذا یہ تو خاص طور پر علاج کرانے سے ہی رفع ہو سکتے ہیں۔ ہاں البتہ موروثی میلان کی صورت میں کافی طور پر احتیاط کرنے سے انسان بہت کچھ اپنے تئیں آنیوالی مصیبت سے بچا سکتا ہے۔

"ب" خود حاصل کردہ امراض۔ جو کہ خود مریض کی غلطیوں کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ اور جن سے محفوظ رہنا بہت کچھ انسان کے اختیار میں ہوتا ہے۔ (گو بچپن کے عالم میں والدین ذمہ وار ہوتے ہیں) بشرطیکہ وہ ان کے اسباب سے محتاط رہے۔ لہذا ہر شخص کی واقفیت کے لئے ان اسباب کا ذیل میں ذکر کیا جاتا ہے:۔

### اولاً گردونواحی یعنے مقام رہائش کے متعلقہ اسباب

(۱) ہوا:۔ گو ہوا کے دباؤ۔ حرارت

اور یبوست (نمی کی موجودگی) کی کمی بیشی بھی صحت پر خاص قسم کے مضر اثر پیدا کرتی ہے۔ جن سے محفوظ رہنے کے لئے اہل طبابت خاص صورتوں میں میدانوں سے پہاڑوں یا سمندروں کے سیر کے لئے ہدایت دیا کرتے ہیں۔ لیکن خاص طور پر ہوا کی مندرجہ ذیل خرابیاں نقص صحت کا باعث ہوتی ہیں۔ اوّل تو کافی دوران ہوا (وینٹی لیشن) کے نہ ہونے کی صورت میں انسانی و حیوانی تنفس اور آگ یا لیمپوں کا جلنا کمرہ کی ہوا کو خراب کر دیتے ہیں۔ دیگر وہ بدبودار ہوائیں جو کہ گندی نالیوں یا حیوانی اور نباتاتی مادوں کے سڑنے سے پیدا ہوتی ہیں۔ ہوائیں ملکر اس کو مضر صحت بنا دیتی ہیں۔ تیسرے دھوآں یا مٹی روئی اُون بال و معدنیات وغیرہ کے چھوٹے چھوٹے ذرات اور زندہ مادے و خاص متعدی امراض کے کیڑے (جراثیم) اس میں اُڑتے رہتے ہیں۔ جو کہ تنفس کے ذریعے جسم میں داخل ہو کر صحت کی خرابی کا باعث ہوتے ہیں۔

(۲) **حرارت**:۔ خاص درجہ سے زیادہ یا زیادہ دیر تک گرمی یا سردی میں رہنا سخت نقصان رساں اثر پیدا کرتا ہے۔ نیز افراطِ سردی سے افراط گرمی میں یا برعکس اس کے گرمی سے سردی میں ناگہانی تبادلہ کرنا مضر پڑتا ہے۔ ایسے ہی ٹھنڈی ہوا خصوصاً شمال مشرقی میں برہنہ تن رہنے سے خراب نتیجہ پیدا ہوتا ہے۔ بعض اصحاب لاپرواہی سے موسوم گرما میں بھی ٹھنڈ کھا جاتے ہیں۔ مثلاً جبکہ بھیگے ہوئے کپڑوں کے بدلنے میں غفلت کی جاتی ہے۔ یا پسینہ آنے پر بے روک ہوا کے جھونکے بدن پر لگنے دیتے ہیں۔ علاوہ ازیں حد سے زیادہ گرمی (آگ) اور سردی (برف) کے مقامی اثرات سے ہر شخص واقف ہی ہے۔

(۳) **مقدار روشنی**:۔ چونکہ نباتات کے سبز رنگ یعنے

کلورافیل[ع۱] نامی مادے کی طرح سورج کی روشنی خون کی سُرخی پر بھی خاص صحت بخش اثر رکھتی ہے۔ اس لئے جو لوگ روزانہ زندگی کا زیادہ حصہ اندھیرے میں گزارتے ہیں۔ درجۂ صحت سے بہت گر جاتے ہیں +

علاوہ ازیں مصنوعی روشنی کی مقدار اور قسم بھی خاص امراض کی پیدائش میں خاصہ اثر رکھتی ہے۔ مثلاً ایکسریز اور ریڈیم کی شعاعیں وغیرہ +

کم روشنی میں مطالعہ کرنا یا بجلی کی تیز روشنی کا نظارہ آنکھوں کی بینائی پر مضر اثر رکھتا ہے + ٹپرولیم آئیل کی روشنی میں سولر سپیکٹرم (آفتابی شعاعیں) کی نسبت نیلی اور ارغوانی شعاعوں کی بہت کمی ہوتی ہے۔ اس لئے زرد یا نارنگی کے رنگ کی ہوتی ہے۔ اور اس میں اشیاء کا اصلی رنگ نہیں محسوس ہوتا + سُرخ روشنی چیچک کے داغ روکنے پر خاص اثر رکھتی ہے۔

(۴) سطح زمین۔ اس کے اثر کا انحصار ان امور پر ہے کہ اس میں کس قدر نباتاتی مادے سڑانڈ کے قابل موجود ہیں۔ اور یہ نمی حرارت اور روشنی کو کس مقدار میں جذب کرسکتی ہے۔ اور اپنے اجزاء کی بدولت نزدیک کے ہوا اور پانی پر کس قسم کے کیمیائی اثرات

---

ع۱ چونکہ تمام حیوانات کی زندگی کا انحصار نباتات پر ہے۔ اور نباتات کی پرورش کلوروفیل کی بدولت روشنی کی موجودگی میں ہی ہوتی ہے۔ اس لئے دراصل زندگی کا منبع روشنی ہی کہا جاسکتا ہے۔ مگر جس طرح پودوں کی شاخیں روشنی کی طرف بڑھتی اور جڑیں اس سے پرے ہٹتی ہیں۔ ویسے ہی پروانے وغیرہ خاص جانور تو روشنی کی طرف کھنچتے اور خاص اس سے دُور بھاگتے ہیں۔ گویا جس طرح مقناطیس لوہے پر اثر رکھتا ہے۔ ویسے ہی (بقول پروفیسر لوئب) روشنی کا اثر خاص جانوروں پر حرکت (زندگی) بخش ہوتا ہے۔ اور بہت سے جانداروں پر اسکے برخلاف یا مُہلک +

پیدا کرتی ہے ؟ جہاں حد سے زیادہ نباتاتی مادے اور کافی تری اور خاص درجے کی حرارت جمع ہوتے ہیں۔ وہاں نہ صرف ولدلی زمین کی طرح خاص قسم کے مچھروں کی بدولت موسمی بخار کا ہی زور رہتا ہے۔ بلکہ آرگینک مادوں کے سڑنے سے خراب گیسیں نکل کر ہوا کو بھی خراب کرتی اور صحت میں نقص انداز ہوتی ہیں + ریتلی اور کنکریلی زمین (بشرطیکہ اس میں قابل سڑاند مادے نہ ہوں) صحت کے لئے بہتر ہوتی ہے + جس زمین میں چونے یا میگنے سیاہ کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے۔ وہ پینے کے پانی میں ان اجزا کے ملانے کے باعث گلھڑ اور پتھری کی امراض کا باعث بھی خیال کی گئی ہے + اکثر اوقات زمین کا اتفاقاً کھودنا بباعث قبرستان وغیرہ ہونے کے مضر نتائج کا موجب ہوتا ہے +

(۵) کوڑا کرکٹ اور کھاد وغیرہ بباعث نباتاتی مادوں کی سڑاند کے اور ان زہریلی ہواؤں کی وجہ سے جو کہ ان سے پیدا ہوتی ہیں۔ عموماً منبع امراض ہوتے ہیں۔ علاوہ ازیں فضلاتی مادوں میں خاص امراض (ہیضہ۔ پیچش وغیرہ) کے جراثیم پائے جاتے ہیں۔ جو کہ ان میں ہی پرورش پا کر زیادہ زہردار صورت اختیار کر لیتے ہیں + یہ مادے اور ان سے پیدا شدہ ہوائیں اس حالت میں خصوصیت سے مضر ثابت ہوتی ہیں۔ جبکہ وہ اپنے قریب کے ایسے پانی کو آلودہ کریں۔ جو کہ پینے کے لئے استعمال کیا جاتا ہو +

## دوسری قسم کے اسباب یعنے رسم ورواج سوسائٹی یا عادات شخصی وغیرہ

(۱) اشیاء خوردنی :۔ کم مقدار میں یا نا کافی اجزاء پرورش کی موجودگی میں ان کا عادت کے طور پر یا صرف عارضی طور پر استعمال کرنا موجب امراض ہوتا ہے۔ اور اس کمی کا اثر بچوں میں خصوصیت سے نمایاں

طور پر ظہور پکڑتا ہے + برخلاف اس کے مقدار غذا اور اجزاء پرورش کی زیادتی بھی سخت نقصان رساں ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں کھانے میں عادتی بیقاعدگی یعنے غذا کا جلدی جلدی نگل جانا یا کم چبانا (باعث کسی خاص سبب کے مثلاً دانت کی درد وغیرہ) یا اپنی عادت کے برخلاف یکدم دوسری قسم کی غذا کا استعمال شروع کر دینا بھی نہایت مضر صحت اثر پیدا کرتے ہیں +

(۲) اشیاء نوشیدنی :- ان میں سے شراب کا استعمال ہر قسم کے روگ کا کارن ہو سکتا ہے۔ اور خالی معدہ کی صورت میں تیز شراب کا بار بار پینا تو گویا موت کو بُلانا ہے۔ پانی کی کم مقدار کا استعمال اکثر امراض کا موجب ہوتا ہے۔ نیز اس کی کمیابی سے بیرونی صفائی کا بھی ٹھیک طور پر نہ ہو سکنا خراب نتائج پیدا کرتا ہے۔ کھانے کے درمیان زیادہ مقدار میں پانی پینے کی عادت اکثر نقصان پہنچاتی ہے + نیز پانی کے ذریعے مضر ہوائیں۔ خاص نمک۔ زہریلی دھاتیں۔ کرموں کے انڈے۔ حیوانی جاندار مادے خصوصاً وہ جو فضلات میں پائے جاتے ہیں۔ سڑے ہوئے نباتاتی مادے اور خاص بیماریوں کے جراثیم وغیرہ براہِ راست جسم میں داخل ہو جاتے ہیں + کثرت سے چائے پینا اور کھانے کے ساتھ پینا اکثر تکلیف دہ علامات کا موجب ہوتا ہے۔ اور اس کے نقصان رساں اثر چاء پینے والی سوسائیٹی میں تقریباً ہر شخص پر واضح ہوتے ہیں + پھٹنے یا غلاظت آمیز ہونے پر دُودھ بھی نقصان رساں ہوتا ہے + نیز متعدی امراض کے جراثیم بھی اس کے ذریعے دخل پا سکتے ہیں +

(۳) خاص بد عادات مثلاً افیون و بھنگ وغیرہ کھانا۔ گانجا و تمباکو وغیرہ پینا یا نسوار لینا اور زیادہ گرم مصالحوں کا استعمال کرنا بھی کم و بیش صحت کو نقصان پہنچاتا ہے۔ بلکہ بعض صورتوں میں خطرناک نتائج

بھی ظہور پذیر ہوتے ہیں۔

(۴) پارچات پوشیدنی :۔ کپڑوں کے عادتی طور پر یا گاہے گاہے ناکافی پہننے یا خاص اعضاء کے بالکل ننگا رکھنے سے (جیسا کہ بچوں میں عام طور پر کمر سے نیچے کوئی کپڑا نہیں پہنایا جاتا) سردی لگنے کا احتمال ہوتا ہے۔ چنانچہ اکثر اشخاص ڈاڑھی منڈوانے اور اُلٹے کالر کی باسکٹ اور کوٹ پہننے پر چھاتی کے ننگا رکھنے سے مُبتلاء مرض ہوجاتے ہیں + برخلاف اس کے بعض شخص ضرورت سے زیادہ بوجھ گلے ڈال لیتے ہیں۔ جو کہ بچوں کی حالت میں ننگا رکھنے کی طرح سخت مضر ہوتا ہے + کپڑوں کا زیادہ تنگ ہونا یا دباؤ ڈالنا (جیسے کمر پر سخت پیٹی باندھنے یا تنگ جوتا پہننے سے ہوتا ہے) بھی خراب اثر رکھتا ہے + علاوہ ازیں بھیگے ہُوئے کپڑوں کے بدلنے میں تغافل کرنا تو گویا بیماری کا استقبال کرنا ہے +

(۵) صفائی کی کمی :۔ جسم ولباس کی ہو یا گھر کی۔ صفائی کی کمی اکثر امراض کا موجب ہوتی ہے + جلدی امراض عموماً خراشدار اشیاء کے بار بار جلد پر رگڑ کھانے سے پیدا ہوجاتے ہیں۔ گو اکثر ان کا باعث قبض یا دیگر اسباب سے خون میں زہروں کی موجودگی ہوتی ہے +

(۶) محنت اور ورزش کی مقدار :۔ اکثر اشخاص تو عادت کے طور پر لگاتار یا وقفوں کے ساتھ کثرت ورزش یا دیر تک محنت کرنے کی وجہ سے مُبتلاء مرض ہوجاتے ہیں۔ اور اکثر برخلاف ان کے بالکل کاہل الوجودی کی بدولت بیماریوں کا شکار بنتے ہیں + مختلف قسم کے پیشہ جات میں دونو قسم کی غلطیوں کے نقشے بخوبی نظر آسکتے ہیں۔ پہلوانی طور پر بعض صورتوں میں حد سے زیادہ زور لگانا بھی خطرناک نتائج پیدا کرتا ہے +

(۷) دماغی اسباب:- ان میں خصوصیت سے عقلی قواء پر زیادہ زور ڈالنا یعنے غور و خوض کرتے رہنا اور کثرت مطالعہ قابل ذکر ہیں۔ درانحالیکہ ان کے ساتھ ہی نیند کی کمی اور دل کا اضطراب بھی شامل ہوں ٭ لگاتار بیچینی۔ زبردست یا دل کو پست کرنے والے جذبات مثلاً رنج و اتفاقیہ شادی۔ غم و غصہ۔ حسد و عشق۔ اور سخت یا اچانک خوف اکثر عصبی یا دیگر امراض کا باعث ہوتے ہیں۔

(۸) مکینیکل اسباب:- جو کہ چوٹ یا خراش کی وجہ سے صحت کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ ان میں بیرونی صدمات۔ لگاتار دباؤ۔ رگڑ۔ کسی عضو کا کثرت استعمال حد سے زیادہ زور لگنا یا تن جانا۔ خاص مقررہ وضع میں دیر تک قیام رکھنا۔ غیر اجناس (مثلاً کانٹا وغیرہ) یا دیگر ٹھوس اشیاء (مثلاً مختلف قسم کی پتھریاں۔ فضلے کے سُدّے۔ حیوانی یا نباتاتی پیراسائٹ اور بذریعہ تنفس سُونگھے ہوئے کوئلے یا دھات وغیرہ سے ذرات) کی خراش سے نقصان پانا شامل ہیں ٭ اکثر پیشہ جات ان میں سے ایک یا ایک سے زیادہ طریقوں پر امراض کے باعث ہوتے ہیں ٭ بعض اوقات مکینیکل سبب کسی خاص طبعی مرض کا موجب ہو جاتا ہے۔ جیسے کسی دباؤ یا چوٹ سے "سرطان" کی پیدائش بیان کی جاتی ہے ٭

(۹) اعضاء تناسل کے فعل کے متعلقہ اسباب:- کثرت شہوت رانی۔ مشت زنی یا نوجوانی کی عمر میں وقت سے پہلے ہی زناکاری میں لگ جانا کثیر التعداد امراض کا باعث ہوتا ہے ٭ نیز آتشک یا سوزاک وغیرہ امراض میں مُبتلا مستورات سے ہمبستر ہونا تو گویا بیماری کو مول خریدنا ہے ٭ غرض مذکورہ بالا تمام اسباب ہر ایک بیماری کے پیدا کرنے میں کم و بیش حصّہ لیتے ہیں۔ مگر ان کے علاوہ خاص امراض شخصی کا موجب ہونے والے اسباب کی قسم مندرجہ ذیل ہے:-

## تیسری قسم کے اسباب

(۱) کیمیائی اثر سے سوزش پیدا کرنے والی اشیاء اور زہریں۔

ان میں سے خاص اشیاء سطح جسم پر لگ کر نہ صرف سوزش یا درد کا ہی باعث ہوتی ہیں۔ بلکہ چند ایک جلانے والا اثر بھی رکھتی ہیں۔ ایسے تیزابی مرکبات یا خاص کیمیائی طور پر زہریلا اثر پیدا کرنے والی اشیا آرگینک (جاندار) اور اِن آرگینک (بیجان) ہر دو گروہوں میں پائی جاتی ہیں + جن میں سے بعض زہریں دوائی یا زہر کی صورت میں استعمال کئے جانے کے بغیر ہی کسی خاص پیشے کے باعث یا کسی دوسرے طریقے سے بھی انسان کے اندر داخل ہو جاتی ہیں۔ اور ان زہریلی علامات سے ظاہر ہوتی ہیں۔ جو کہ سیسہ پارہ فاسفورس سنکھیا تانبا سونا اور دیگر اشیاء سے پیدا ہوتی ہیں + سنکھیئے کے متعلقہ خصوصیت سے یہ امر قابل یادداشت ہے۔ کہ اس کے چند مرکبات ان خاص قسم کے کاغذات سے جو کہ کمرے کی دیواروں پر بطور زیبائش لگائے جاتے ہیں۔ باریک ذرّات کی صورت میں اڑتے ہوئے تنفس کے ذریعہ سے جسم میں دخل پاکر سنکھیا زہر کی علامات پیدا کر دیتے ہیں +

(۲) عالم نباتات سے تعلق رکھنے والے اسباب:۔ (۱) ان میں سے بہت سی تو افیون کی طرح معمولی زہریں ہیں (۲) نباتاتی پیراسائٹ جسم کی مختلف ساختوں میں نشوونما پاکر مختلف امراض (خصوصاً جلدی بیماریوں) کا باعث ہوتے ہیں۔ دیگر خاص نباتاتی مادے معدے میں خراش کر کے قے لاتے ہیں۔ مثلاً سارسائینا۔

(۳) نباتاتی مادے سڑ کر اکثر نقصان صحت کا موجب ہوتے ہیں۔

(۴) یہ بھی یقینی امر ہے۔ کہ اکثر متعدی امراض کے جراثیم بھی نباتاتی دنیا سے تعلق رکھتے ہیں +

(۳) **عالم حیوانات سے تعلق رکھنے والے اسباب:۔** (۱) خاص زہریلے حیوان جن میں بعض تو زہریلے زخم پیدا کرتے ہیں ۔ مثلاً سانپ وغیرہ ۔ اور بعض صرف جلد پر ڈنک مار کر اس میں بذریعہ درد انگیز رطوبت ڈالنے کے سوزش پیدا کر دیتے ہیں۔ مثلاً زنبور و بھڑ وغیرہ (۲) کچھ ایسے جانور ہیں۔ جو کہ اندرونی طور پر کھانے سے زہریلا اثر پیدا کرتے ہیں۔ جیسے تیلنی مکھی وغیرہ (۳) حیوانی پیراسائیٹ اکثر امراض پیدا کر دیتے ہیں۔ مثلاً مختلف قسم کے آنتوں کے کرم یا چند جلدی امراض پیدا کرنے والے ۔ (۴) چند متعدی امراض مثلاً ملیریا وغیرہ کے کیڑے (۵) مختلف درندے مثلاً شیر بھیڑیا وغیرہ اسی زمرے میں شامل ہیں + (۶) علاوہ ازیں مچھر (ملیریا کا) پسو (پلیگ کا) بلی (چیچک کا) کتا و گیدڑ (ہائیڈروفوبیا یعنے ریبیز کا) بھیڑ (انتھریکس کا) گھوڑا (گلینڈرس کا) وغیرہ مختلف قسم کے متعدی امراض کے جراثیم لاکر موجب امراض ہو سکتے ہیں۔

(۴) **نظام جسمانی میں پیدا ہونیوالے اسباب:۔** بعض امراض ایسے زہروں کے خون میں موجود ہونے کی وجہ سے پیدا ہو جاتے ہیں جو کہ ہاضمے ۔ جاذبے یا پرورش کے فعل میں نقص آنے پر جسم کے اندر (کیمیکل لیبارٹوری میں) تیار ہوتے ہیں۔ جسکی عام مثال نقرس یا ذیابیطس[ع۱]

ع۱ خون میں شکر کی مقدار کو باقاعدہ رکھنا "جگر" کا کام ہے جسکو سوپرارینل کیشو کی رطوبت تیز کرتی ہے ۔ اور پنکریاس کی رطوبت سست کرتی ہے :- پنکریاس کے کام کو تھائرائیڈ گلینڈ کی رطوبت سست کرتی ہے ۔ پیچواٹوری باڈی کا جوہر تھائرائیڈ گلینڈ کو تیزی دیتا ہے علیٰ ہذالقیاس علاوہ عصبی اثر کے ہر ایک عضو بھی براہ راست یا ٹیڑھے طور پہ باہم گر افعال الاعضاء پر اثر انداز ہوتا ہے ۔ لہذا صحت عامہ کی درستی کے لئے ضروری ہے ۔ کہ ہر ایک عضو کے فعل کو درست رکھنے کا خاص خیال رکھا جاوے ۔ ؎ ہزار نکتہ باریک تر ز مو اینجاست ٭ نہ ہر کہ سر بتراشد قلندری داند +

کی بیماری ہے ۔۔ علاوہ ازیں ٹوہین یالیکوہین وغیرہ زہریں بھی اسی زمرہ میں شامل کی جاسکتی ہیں۔ جو کہ ہاضمہ کی نالی میں مختلف قسم کی اغذیات کے سڑنے سے پیدا ہو جاتی ہیں ۔۔

قصتہ مختصر یہ کہ ”ایک سر اور ہزار سودا“ والا معاملہ ہے ۔ کائینات میں ہر ایک شے انسان کی دشمن جان ہے ۔ صرف ”یوگ“ کا ہی علم و عمل ہے ۔ جس کی بدولت یہ تمام آفات سے محفوظ رہ سکتا ہے ۔ ورنہ جاہل اور ناکارہ تو اس ”جدو جہد ہستی“ میں پراکرت چناؤ کے زیر اثر ہونے سے نمرود مردود کی طرح مچھر کے ہاتھوں بھی جوتے ہی کھاتا ہے ۔ دیگر زبردست دشمنوں کا تو ذکر ہی کیا ؟ بہر حال مذکورہ بالا ”اسباب الامراض“ سے اپنے تئیں محفوظ رکھنا صحت کے خواہشمند کا پہلا فرض ہے ۔۔ اب ”قوانین صحت“ کا ذکر کیا جاتا ہے ۔ جن کی تعمیل کرنا ضروریات سے ہے :۔

## قوانین حفظان صحت

چونکہ انسانی زندگی ”نیند“ اور ”بیداری“ نامی دو حالتوں پر منقسم ہے۔ اس لئے ہر ایک حالت کے متعلقہ علیحدہ علیحدہ اصول بیان کئے جاتے ہیں :۔

۱۔ ”نیند“ (سوشپتی اوستھا)۔ انسانی نیند میں ”بے اختیاری“ (دماغی آرام) اور ”اختیاری“ نیند (ہپناٹزم) نامی دو حالتیں شامل ہیں۔ جن میں سے پہلی تو ہر چھوٹے بڑے کی صحت کے لئے لازمی ہے۔ لیکن دوسری سے صرف وہ اشخاص فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ جو کہ اس کے حاصل کرنے کے لئے خاص طور پر ابھیاس کرتے ہیں۔ اس لئے بالترتیب دونو کا مختصر ذکر کیا جاتا ہے :۔

(۱) بے اختیاری نیند :۔ اولاً اس کا باعث جاننا چاہئے

سوُویدونوحن"۔ نامی کتاب میں ایک جگہ "راجا کی خوابیدہ محفل میں جلتی ہوئی شمع" کی مثال دے کر استعارتہً یہ ثابت کیا گیا ہے۔ کہ "آتما یعنے روح انسانی "چیتن" ہونے کے کارن باوجود جسمانی نیند کے بھی بیدار ہی رہتی ہے"۔ اس لئے اہل کمال کی یہ حالت تسلیم کرتے ہوئے اسی مضمون کو دوسرے الفاظ میں یوں ظاہر کیا جا سکتا ہے۔ کہ اگر مادہ بالکل جڑ ہونے کے کارن ہمیشہ کی نیند میں غرق رہتا ہے تو آتما چیتن ہونے سے ہمیشہ جاگرت کی حالت رکھتی ہے۔ مگر جس طرح ہوا پر اگر پانی کی طاقت غالب ہوتی ہے۔ تو سردی کا اور اگر آگ کا پہلو زبردست ہوتا ہے۔ تو گرمی کا اثر پیدا کرتی ہے۔ ویسے ہی مادہ اور روح ہر دو کی حالت وصال یعنے اجسام کائنات یا قلوب انسانی میں جب تک مادے کی طاقت زبردست ہوتی ہے۔ اُس وقت تک تو وہی اپنے وصف کو نمایاں طور پر ظاہر کرتا ہے۔ لیکن جوں جوں روحانی طاقت ترقی پکڑتی جاتی ہے۔ نیند یعنے سکوُن سے بیداری یعنے حرکت کا نظارہ جلوہ نما ہوتا جاتا ہے۔ چنانچہ روح یعنے زندگی کی عام پہچان جو "حرکت اندرونی" ہے۔ اس کا مختلف اجسام میں مختلف درجات کا نظر آنا اسی امر کا مظہر ہے۔ کہ اس جسم خاص میں کونسی طاقت (مادی یا روحانی) زبردست ہے؟ مثلاً جمادات میں گو کسی بیرونی تحریک سے تو خواہ توپ کے گولے کی طرح کتنی ہی نمایاں حرکت کیوں نہ ہو۔ لیکن "حرکت اندرونی" تقریباً ناقابلِ احساس ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ کائنات کے مختلف گروہوں میں ان کا درجہ بلحاظ روحانیت سب سے ادنےٰ قرار دیا جاتا ہے اور نباتات چونکہ بڑھتے پھلتے پھولتے بخوبی معلوم ہوتے ہیں۔ یعنے حرکتِ باطنی کا زیادہ ظہور کرتے ہیں۔ اس لئے بمقابلہ ان کے اعلیٰ درجہ پاتے ہیں۔ اور حیوانات نہ صرف ایک ہی جگہ پر قایم رہ کر خاموش نباتات کی طرح بالیدگی وغیرہ کے ہی اوصاف کا اظہار کرتے ہیں۔ بلکہ اِدھر اُدھر

دوڑتے پھرتے چہچہاتے اور چنگھاڑتے ہوئے بہت سی عجیب حرکات کرتے ہیں۔ لہٰذا اول الذکر دونو صورتوں سے اعلیٰ تر خیال کئے جاتے ہیں۔ مگر اعلیٰ ترین درجہ عالم ظاہری میں حضرت انسان ہی کا ہے۔ جو کہ ان کی طرح صرف جسمانی حرکات پر ہی اکتفا نہیں کرتا۔ بلکہ دماغی قواء کو ترقی دیکر نرالے ڈھنگ کی حرکاتِ باطنی کا بھی منبع ثابت ہوتا ہے۔ مثلاً نہ صرف خشکی کے جانوروں کی طرح خاص محدود حصّہ زمین پر پاؤں کے بل ہی چلتا پھرتا ہے۔ بلکہ ریل اور موٹر قسم کی گاڑیاں بنا کر روئے زمین کے تمام طبقات کی سیر کرتا ہے۔ اور اسی طرح آبی حیوانات سے بڑھ کر تیزی سے سمندر کی چھاتی پر ناچتا ہؤا قطبین کی خبریں لاتا ہے۔ اور پرندوں سے بہتر طرق پر ہوا کی پشت پر پالان ڈالے ہوئے آسمانی دنیاؤں کو چشم نمائی کرتا ہے۔ چنانچہ یہی امور اس ہنس مُکھی صورت کے دیش کال اور وستو پر حکمرانی حاصل کرنے یعنے اشرف المخلوقات ہونے کے زندہ ثبوت ہیں +

لیکن یہ خیال رہے۔ کہ اول تو سب کے سب انسان بھی ایک ہی سانچے کی اینٹوں کی طرح یکساں قابلیت کے نہیں ہوتے۔ بلکہ روحانی ترقی کے مدارج میں ہر ایک کا درجہ الگ الگ ہے۔ (چنانچہ یہی کارن ہے۔ کہ برخلاف حیوانات کے ایک ہی مُنش جاتی میں چاروَرن بلحاظ اختلاف اوصاف قائم کئے گئے ہیں) اور بفرض محال یہ تمیز جاتی بھی رہے۔ تو بھی باوجود اعلیٰ درجے کی ترقی کے ایک خاص مقررہ مادی حد سے آگے بڑھنا اس خاکی پُتلے (گنیش) کے لئے ناممکن ہے۔ جبتک کہ مادی جسم کے تعلقات کو خیرباد کہہ کر بالکل روحانی حالت نہ پیدا کرلے۔ گویا اگرچہ انسان مادی ترقی میں کمال پاکر دُوربین اور ٹیلی فون کے ذریعے ہزارہا کوس کی اشیاء دیکھنے اور کلام سُننے پر قدرت حاصل کرکے دیش کال وغیرہ پر قابو پانے

کا دعوےٰ کرے (جس طرح کہ بمقابلہ دیگر دیوتاؤں کے پرتھوی کی پرکرما کرنے کی جگہ گنیش جی کے "رامؔ" نام کے گرد گھوم کر بزرگی حاصل کرنے کی روائت ہے) تاہم محدود مادی جسم کے تعلقات میں پابند ہونے کی وجہ سے لامحدود کائینات پر حاوی نہیں ہو سکتا۔ جو کہ "رامؔ" روپی بے تعلق کا ہی حصّہ ہے۔ بقولیکہ:۔

تعلق سے بری ہونا حروفِ "رام" کی مانند
ہراک پہلو سے نقطہ داغ اُڑ جانا مبارک ہو

اب جس طرح سمشٹھی (مجموعی) رُوپ سے مادی اوصاف انسان کا دامن نہیں چھوڑتے۔ ویسے ہی ویشٹھی (جزوی) رُوپ سے بھی کوئی شخص اوصافِ مادہ سے بری نہیں ہو سکتا۔ گویا ہر شخص کے لئے جسم کی موجودگی میں روحانی وصف "بیداری" کے ساتھ مادی وصف "نیند" کا ہونا لازمی امر ہے۔ خلافِ قُدرت عمل یعنے بغیر خاص عرصہ سونے کے جسمانی مشین ٹھیک نہیں چل سکتی ÷ مطلب مختصر یہ کہ جس طرح دیگر اعضاء جسمانی کے لئے کام کے بعد آرام لازمی ہے۔ ویسے ہی قواء دماغ کے لئے بھی خواب استراحت کی ضرورت ہے ÷ ورنہ آتما کا نہ سونا تو عوام پر اسی سے روشن ہو سکتا ہے۔ کہ وہ جسمانی نیند کی حالت میں بھی مرمّت اعضاء اور دیگر ضروری افعالِ زندگی میں مصروف رہتا ہے ÷ گویا آتما کو آرام کی ضرورت ہی نہیں بقولیکہ ع

کہاں خوابِ غفلت سدا جاگتا ہوں

دوسرا سوال یہ ہو سکتا ہے۔ کہ قیام صحت کے لئے کتنا عرصہ سونا ضروری ہے؟ سو معلوم رہے۔ کہ بچپن کے ابتدائی ایام میں تو نیند کی بہت ہی زیادہ (۲۴ میں سے ۲۲ گھنٹہ) ضرورت ہوتی ہے۔ اور چند منٹوں کے لئے مختلف اوقات پر دُودھ پینے کے لئے ہی جاگنا کافی ہوتا ہے (گویا نوزاد بچہ انسانی صورت میں جمادات کی طرح مادی

اوصاف کے درجہ کمال کا مظہر ہے) لیکن جوں جوں عمر بڑھتی جاتی ہے۔
نیند کی ضرورت میں کمی ہوتی جاتی ہے۔ حتٰے کہ عالم جوانی میں سات آٹھ
گھنٹے سونا ضروری رہ جاتا ہے۔ گو بعض صورتوں میں تو چھ یا اس سے
بھی کم یعنے پانچ یا چار گھنٹے تک بھی سونا عادتی طور پر پایا جاتا ہے۔
لیکن یہ صورتیں مستثنےٰ ہوتی ہیں + اگرچہ گہری نیند پہلے دو تین
گھنٹوں میں ہی ہو چکتی ہے۔ تاہم کم از کم چھ اور زیادہ سے زیادہ
آٹھ گھنٹے سونا صحت کی درستی کے لئے لازمی ہے +۔ بڑھاپے میں جوانی
کی نسبت بھی نیند کی کم ضرورت ہوتی ہے۔ لیکن دن کا سونا ضعف
کی علامت ہے۔ قدرتی طور پر دن کام کے لئے اور رات آرام کے
لئے ہے۔ لہذا رات کے نو یا دس بجے سو کر صبح چار یا پانچ بجے جاگنا
بہترین عمل ہے :-

ھ رات کو سونا سویرے صبح کو اُٹھنا شتاب
عقل و دولت کو بڑھائے صحت کو دے آب و تاب

چونکہ صحت کی حالت میں جسمانی مشین کا قدرتی "ریگولیٹر" خواہش
ہے۔ اِس لئے جب نیند کی خواہش زور پر ہو۔ تب چارپائی پر لیٹے۔
کیونکہ بغیر اصلی نیند کی خواہش کے بستر ے پر لیٹنے سے نہ صرف
تضیع اوقات ہی متصوّر ہوتی ہے۔ بلکہ طرح طرح کے تردّدات
طبیعت کو خراب کر کے یا تو نیند کو اوچاٹ ہی کر دیتے ہیں۔ یا فضول
خواب لانے کا باعث ہوتے ہیں۔ جن کی وجہ سے انسان نیند کے
حقیقی فائدے سے محروم رہتا ہے + بیہودہ خوابوں سے بچنے کے
لئے بستر ے کا حد سے زیادہ ملائم یا گرم نہیں ہونا چاہئے۔ بلکہ سخت
توشک اور اس پر تکیہ لگا ہونا ضروری ہے + علاوہ ازیں بیٹھ کے بل
سونا اور بھوک یا زیادہ شکم پوری کی حالت میں سونا نیز ایسی جگہ میں سونا
جہاں کہ صبح جاگنے سے پہلے چہرہ پر روشنی پڑے۔ یا ایک ہی کروٹ

پر تمام رات سوئے رہنا اور دو اشخاص کا اکٹھے سونا بھی بلحاظ حفظان صحت ممنوع ہے ٭ موسم سرما میں بھی خوابگاہ کے کمرے کی ایک دو کھڑکیوں کا کھلا رکھنا ہوا کی آمد و رفت کے لئے نہایت ضروری ہے۔ تا کہ تنفس یا لیمپ وغیرہ سے اخراج پائے ہوئے مضر صحت مادے جمع نہ ہونے پائیں ٭ بعض محققین کی رائے ہے۔ کہ سوتے وقت خاص اطراف کا بھی خیال رکھنا چاہئے۔ کہ سر کس طرف ہے ؟ تاکہ قوت مقناطیسی میں نقص نہ آئے۔ چنانچہ ایف۔ ڈبلیو۔ ایچ۔ میر صاحب اپنی تصنیف "ہیومین پرسنیلیٹی" میں لکھتے ہیں۔ کہ "خاص بیجان اشیا جو کہ عجیب قسم کے محسوسات کا باعث ہوتی ہیں۔ یہ ہیں (۱) بہتا ہؤا پانی (۲) دھاتیں مثلاً سونا وغیرہ (۳) کرسٹل یعنے بلّور (۴) مقناطیس جس میں کرۂ زمین کا مقناطیس بھی شامل ہے۔ جیسا کہ شمالاً جنوباً یا شرقاً غرباً سونے والوں سے مختلف قسم کے احساس کا باعث بیان کیا گیا ہے" ٭ جب خود بخود پہلی مرتبہ آنکھ کھلے۔ تو سمجھ لو۔ کہ اصلی ضرورت پوری ہو چکی۔ اس لئے فی الفور اُٹھ بیٹھنا چاہئے۔ کیونکہ اُس وقت اُٹھنے میں کاہلی کرنا یعنے کچھ دیر تک بستر میں ہی کروٹیں بدلتے رہنا یا نیم خوابیدہ حالت میں لیٹے رہنا نہ صرف صحتِ جسمانی پر ہی خراب اثر رکھتا ہے۔ بلکہ حافظے اور سوچنے کی قوا پر بھی اس کا مضر اثر پڑتا ہے ٭ گو پہلے پہل انسان کو خلافِ عادت ہونے کی وجہ سے اس طرح اُٹھنے میں قدرے بیچینی سی محسوس ہوتی ہے۔ لیکن چند روز تک مستقل ارادے سے اس اصول پر اگر بلا ناغہ عمل کیا جائے۔ تو وہ ہر قسم کی سستی اور کاہلی سے پاک اور شکتی سے بھرا ہؤا محسوس کرتا ہے۔ ہر شخص کے لئے ایک دو مہینہ کا تجربہ شرط ہے ٭

(۲) **اختیاری نیند** (ہپناٹزم) :- جس طرح قواء بیداری کی نشو و نما کرنا (بذریعہ تعلیم و تربیت) انسان کے لئے ضروریات سے

ہے۔ ویسے ہی "انسانی تکمیل" حاصل کرنے کی غرض سے لازمی ہے کہ قواء خواب کی بھی تربیت کی جاوے۔ ورنہ جس طرح وحشی قومیں اس عالم کے قوانین سے ناواقفی کے باعث اُن فوائد سے محروم رہتی ہیں۔ جن سے کہ مہذب اقوام اپنے تربیت قواء کی بدولت ریل تار وغیرہ مختلف صنعتوں کی صورت میں مستفید ہوتی ہیں۔ ویسے ہی ہم لوگوں کے لئے بھی جو کہ ہر روز عالم خواب کی سیر کرتے ہیں۔ اس طبقے کے قوانین سے ناواقفی اور اپنے قواء کی عدم تربیت کے باعث روشنضمیر اصحاب کے مقابلے میں بیشمار فوائد سے محروم اور ذلت نصیب رہنا لازمی ہوگا۔ چنانچہ اس مقصد کو حاصل کرنے کے لئے آریہ رشیوں نے دو طریق بیان فرمائے ہیں۔ جن کو "راج یوگ" اور "ہٹھ یوگ" کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ اور مغربی سائنس کی اصطلاح میں اس مقصد کے وسائل کو مسمریزم۔ بریڈزم اور ہپناٹزم کے نام دئے گئے ہیں۔ جنکی مختصر تعریفیں مندرجہ ذیل ہیں۔

(۱) میسمرزم:۔ اس عمل کا نام ہے۔ جس میں توجہ کو یکسو کر کے معمول کے جسم پر ہاتھوں سے "پاس" کئے جاتے ہیں۔

(۲) بریڈزم:۔ اس عمل کے موجد نے پہلے تو ترکٹی میں دھیان لگانا کامیابی کا سادھن بیان کیا۔ لیکن بعدہٗ صرف کامل توجہ سے دوسرے کے دل میں خیال ڈالنا ہی حصول مقصد کے لئے کافی قرار دیا۔ اور اپنے تئیں ایسی حالت میں لانے (سیلف ہپناٹزم) کے لئے "قوت ارادی" کا یکسو کرنا کہا ہے۔

(۳) ہپناٹزم:۔ اس سے مراد مصنوعی نیند لانے سے ہے۔ گو مندرجہ بالا عمل بھی اسی نتیجے کے سادھن ہیں۔ لیکن قدرے اختلاف عمل کی وجہ سے اپنے اپنے موجد یعنے میسمر صاحب اور بریڈ صاحب کے نام سے مشہور ہیں۔

اگرچہ مغربی محققین اس نتیجے پر تو پہنچ گئے ہیں۔ کہ دراصل ہپناٹزم کے لئے "کامل توجہ" کی ہی ضرورت ہے۔ دیگر تمام امور یعنے بلور یا سیاہ نقطے کی طرف ٹکٹکی لگاکر دیکھنا یا پاس کرنا اور آواز سے اثر ڈالنا وغیرہ صرف توجہ کو قائم کرنے کے ہی سادھن ہیں۔ لیکن تاحال عقلی طور پر اس عمل کی ماہیت ان کی سمجھ میں نہیں آئی۔ جیسے کہ میر صاحب کی تحریر سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ "ہپناٹزم قواء خواب کے "ایمپیریکل" مکاشفے کا نام ہے۔ جو کہ انسانی صورت میں پایا جاتا ہے"۔ چونکہ تمام قواء انسانی کی نشو ونما کے طریقوں سے ہر شخص کے لئے واقف ہونا حصول کمال کی پہلی شرط ہے۔ اس لئے ناظرین کی آگاہی کے لئے "قواء خواب" کا طریق تربیت بھی مختصر طور پر درج کرنا بیجا نہ ہوگا + مگر پیشتر اس کے کہ ہر شخص اس مضمون کو بخوبی سمجھ سکے۔ اس کے لئے نیند کی اصلی ماہیت سے واقف ہونا نہایت ضروری ہے۔ اس لئے پہلے اسی کا بیان کیا جاتا ہے:۔

## قدرتی نیند کی ماہیت

اس امر کے متعلقہ کہ "نیند کیوں آتی ہے؟ اور خود بخود جاگ کیوں آجاتی ہے"؟ ہر ایک محقق کا سقراط کے الفاظ میں یہی ورد ہے۔ کہ "میں سوائے اس کے کہ میں کچھ نہیں جانتا ہوں اور کچھ نہیں جانتا ہوں"۔ حالانکہ جہل مرکب میں مبتلا دیگر اشخاص کو یہ بھی علم نہیں ہے + چنانچہ بعض لوگ اس کو تکان کا نتیجہ قرار دیتے ہیں۔ بعض روزانہ موت سے مشابہت دیتے ہیں۔ بعض کے خیال میں یہ تضیع اوقات ہے۔ باینہمہ طبعی طاقت کے زیر اثر ہر ایک سوتا ضرور ہے + آجکل اس کے متعلقہ مندرجہ ذیل رائیں اہل دماغ کے دماغوں میں چکر لگا رہی ہیں:۔

(۱) دماغ میں فاسد مادوں کا جمع ہو جانا نیند کا باعث ہے +

(۲) تکان کی زہروں مثلاً لیکٹک ایسڈ یا سار کو لیکٹک ایسڈ وغیرہ کا خون میں دورہ کر کے دماغ پر اثر ڈالنا نیند کا موجب ہوتا ہے ؛

(۳) دماغی "اینمیا" یعنے خون کا دماغ میں کم ہو جانا جو کہ تجربات اور مشاہدات سے پایۂ ثبوت کو پہنچ گیا ہے (مثلاً حیوانات "پیرٹریفائن" کی دستکاری کر کے۔ انسانوں پر رسولی وغیرہ کے اوپریشن کرنے سے بچوں کی "فانٹینلی" (تالو) کی تڑپ میں کمی آ جانے سے) علاوہ ازیں کراٹڈ شریان کو دبا کر بیہوشی کا پیدا کئے جا سکنا بھی اسی نتیجے پر پہنچاتا ہے ؛ اور دماغی خون کے جلد اور عضلات کی طرف کھیچ آنے کے ثبوت میں چہرہ کا گلابی ہو جانا۔ اعضاء کا قدرے موٹا ہو جانا (جو کہ اکثر نیند کی حالت میں جوتے وجراب دستانے وغیرہ کے تنگ محسوس ہونے سے ثابت ہوتا ہے) پیش کئے جا سکتے ہیں۔ نیز اسی زیادتئ خون کی وجہ سے جلدی امراض میں رات کو خارش زیادہ ستاتی ہے۔ چنانچہ جلد کی بیماریوں کے ایک فاضل کا کلام ہے " جلد جاگتی ہے۔ جو ہیں کہ دماغ سوتا ہے "؛ باینہمہ ان واقعات پر سوال پھر ویسا ہی موجود رہتا ہے۔ کہ اس "اینمیا" کا باعث کیا ہے ؟ یعنے سونے سے پہلے کیوں ہو جاتا ہے۔ اور جاگنے سے پہلے کیوں ہٹ جاتا ہے ؟ بلکہ اس کو بجائے "سبب" قرار دینے کے نیند کی آرام دہ حالت کا "نتیجہ" کیوں نہ کہا جائے ؟

(۴) نیوران تھیوری یعنے دماغی سیلز کے تھک جانے پر اعصاب کے ریشے (جو کہ دونو ہاتھوں کی انگلیوں کی طرح باہم ملنے اور علیحدہ ہونے کی طاقت رکھتے ہیں۔) کھل جاتے ہیں۔ اور بیرونی تاثرات کا راستہ رک جاتا ہے۔ جس سے بیخودی کی حالت پیدا ہو جاتی ہے ؛ جب پورا آرام ہو چکتا ہے۔ تو پھر مل جاتے ہیں۔ اور جاگ کھل جاتی ہے ؛

(۵) سب سے دلکش تھیوری یہ ہے۔ کہ دماغی "سیلز(ون)" کے وقت اوکسیجن کو زیادہ تیزی سے استعمال کرتے ہیں۔ بہ نسبت اس کے کہ یہ پھیپھڑوں سے بذریعہ خون کے ان تک پہنچائی جاتی ہے اس لئے جب یہ آکسیجن کا فاقہ خاص حد تک پہنچ جاتا ہے۔ تو "سیلز" اپنی عملی طاقت کی اس سطح سے نیچے گر جاتے ہیں۔ جتنی کہ ہوش رکھنے کے لئے ضروری ہوتی ہے + چونکہ نیند کی حالت میں آمدنی کی نسبت خرچ کم ہوتا ہے۔ اس لئے وہ کمی پوری ہو کر ہوش آجاتی ہے۔ بلکہ بھاپ کے اندر حرارت مخفی رہنے کی طرح دن بھر کام کرنے کی طاقت بھی اس میں سمائی رہتی ہے ÷ یہ تھیوری بھی دماغی اینمیا کی طرح ٹھوس بنیاد رکھتی ہے۔ کیونکہ بلحاظ واقعات کے اوکسیجن کا اندر جانا اور باہر نکلنا اس کے ثبوت میں پیش کئے جاتے ہیں۔ چنانچہ دن کی روشنی میں اگر چالیس فیصدی اندر جاتی ہے۔ اور ساٹھ فیصدی کاربن ڈائی اوکسائڈ کی صورت میں بذریعہ تنفس باہر آتی ہے۔ تو رات کو بر خلاف اس کے تقریباً ساٹھ یا ستر فیصدی اندر لی جاتی ہے۔ اور تیس یا چالیس فیصدی باہر نکلتی ہے۔ گویا دن کی زیادتیٔ خرچ کو رات کے زیادہ جمع کرنے سے پورا کیا جاتا ہے۔ اس طرح پر نیند گویا اوکسیجن کے وزن کو درست رکھنے والی ([illegible]) ہے۔

مطلب مختصر یہ کہ نیند صرف مشین کا رک جانا ہی نہیں۔ بلکہ ساخت و بافت کی بربادی کی کمی کو پورا کرنے کے لئے قدرتی سادھن ہے۔ گویا نیند کی حالت میں "کٹیا بولک پراسس" یعنے برباد کرنیوالے عمل کے مقابلے میں "اینا بولک پراسس" یعنے مرمت کرنے والا عمل زیادتی پر ہوتا ہے۔ حالانکہ جاگرت اوستھا میں حالت برعکس ہوتی ہے جس سے نتیجہ یہ نکلتا ہے۔ کہ موت کی طرف لے جانے والی نیند نہیں۔ بلکہ جاگرت ہے ÷ یہی وجہ ہے۔ کہ نہ صرف بیماری کی حالت میں

ہی نیند کا آنا رو بصحت ہونے کی علامت سمجھی جاتی ہے۔ بلکہ اکثر اشخاص خاص حالات میں کئی دنوں بلکہ ہفتوں یا مہینوں تک بھی لگاتار سونے کو بغیر کسی قسم کا نقصان اُٹھانے کے برداشت کر لیتے ہیں۔ حالانکہ لگاتار جاگنا ہفتے عشرے میں ہی دم برابر کر دیتا ہے۔ جو کہ سخت سزا کی صورت میں اکثر چین یا ہمچو دیگر ممالک میں مجرموں پر روا رکھا جاتا رہا ہے +

اس لئے شاعرانہ طرز بیان میں جو نیند سے موت کو تشبیہ دی جاتی ہے۔ ممکن ہے۔ کہ روحانی نقطۂ نگاہ سے ٹھیک ہو۔ لیکن "فزیولاجیکل" یعنے جسمانی نقطۂ نگاہ سے نیند اور موت کے درمیان قطبین کی طرح فرق ہے۔ کیونکہ ان دونو میں مشابہت صرف یہ ہے۔ کہ ہر دو میں بیہوشی یکساں پائی جاتی ہے۔ ورنہ ایک حالت میں مُثبت طور پر قواء زندگی کی بناوٹ اور مرمت کا سلسلہ جاری رہتا ہے۔ جو کہ خاص وقت پر پھر کام کرنے کے لئے تیار کر دیتا ہے (یعنے بیداری ہو جاتی ہے) حالانکہ دوسری حالت میں نہ صرف نفی کی صورت ہی ہوتی ہے۔ بلکہ بتدریج بربادی کی طرف قدم اُٹھتا چلا جاتا ہے۔ اندکبھی نہیں جاگتا + اسی طرح پر بیماریوں اور زہروں کی بیہوشی بھی قدرتی نیند سے کچھ تعلق نہیں رکھتی۔ کیونکہ ان حالات میں حدبندی کا دارومدار اس بات پر ہے۔ کہ جسم میں کافی مقدار "انٹی ٹاکسین" (زہر کو بے اثر کرنے والا مادہ) کی پیدا ہو جائے۔ اگر اس میں ناکامیابی ہو۔ تو گہری بیہوشی ہونے کے بعد موت یقینی نتیجہ ہوتا ہے + علاوہ ازیں ایک خاص فرق نیند اور موت کا یہ بھی ہے کہ باوجود دونو کے دردوغم رفع کرنے والی حالات ہونے کے موت کو کوئی صاحب ہوش خوشی سے "ویلکم" (خوش آمدید) نہیں کہتا +

دریں حالات اگرچہ کثرت واقعات کی وجہ سے بنظر ظاہر نیند کی تعریف کُتب "فزیالوجی" کی تحریر کے بموجب (قواء بیداری کی عدم موجودگی۔ بیرونی احساس میں کمی اور قوت اختیاری کا جاتے رہنا وغیرہ)

ہی صحیح معلوم ہوتی ہے۔ لیکن چونکہ شاذو نادر صورتوں میں بعض اشخاص کو عالم خواب میں کسی دُور دیش کے واقعات کا ہو بہو نظر آنا۔ کسی عزیز رشتہ دار کے مرنے کا (بغیر کسی ظاہری وسیلۂ علم کے) خیال گزر جانا۔ کسی مشکل عقدے کا حل ہو جانا اور بعض آیندہ زمانے میں ظہور پذیر ہونے والے امور کا علم ہو جانا وغیرہ (رویائے صادق) بھی مشاہدہ میں آتے ہیں۔ جس سے مذکورہ بالا تعریف کی تردید ہو جاتی ہے۔ اس لئے از روئے علم "سائیکالوجی" تسلیم کرنا پڑتا ہے۔ کہ نیند صرف جسمانی قواء کے معطل ہونے کا ہی نام نہیں۔ بلکہ چونکہ اس حالت میں قواء بیداری کو تروتازگی قوت احساس کو تیزی۔ تکالیف و رنج سے علیحدگی اور علمی ترقی یا روشنضمیری (جسکی دو قسمیں ہیں (۱) ٹیلی پیتھی یعنے دوسرے کے خیالات کا اپنے خیال سے ہی جان لینا (۲) ٹیلی ستھزیا۔ یعنے دور کے واقعات کا چشم باطن سے دیکھ لینا۔ جسکو فقرا کی اصطلاح میں کشف کہتے ہیں) حاصل ہوتی ہے۔ اس لئے بمقابلہ بیداری کے یہ ایک اعلیٰ درجہ کی روحانی حالت ہے۔ بقول حافظؒ۔

سحر کرشمۂ وصلش بخواب میدیدم ؛ زہے مراتب خوابے کہ بہ ز بیداری است

---

ع۱ جس طرح "ووکل کارڈز" آواز کی لہریں پیدا کرتے اور بذریعہ ہوا کے دوسرے کے "اعصاب سماعت" پر اثر انداز ہو کر لیکچرار کے خیالات کو سامعین تک پہنچاتے ہیں۔ ویسے ہی دماغ میں ایک خاص قسم کی "گنگلیاں" خیالات کی دھاریں پر گٹ پیدا کر کے بے تار ٹیلیگراف کی طرح بذریعہ آکاش (ایتھر) دوسرے شخص کی دوسری قسم کی "گنگلیان" پر اثر انداز ہو کر علم خیال کا باعث ہوتے ہیں۔ چنانچہ اس مدعا کے لئے "موٹر" اور "سنسری" دونو قسم کی گنگلیان کو کام دینے کے لائق بنانے کے سادھن کرانا ہی ہپناٹزم کی سائنس کا کام ہے ؛ انسانی "خیال" کا بجلی سے مشابہت رکھنا اس امر واقعہ سے بھی ثابت ہے کہ جس طرح دماغی مرکزوں پر بجلی کی لہر گذارنے سے انکے متعلقہ عضلات میں حرکات پیدا ہوتی ہیں ویسے ہی خاص حرکات کا "خیال" دارادہ کام دیتا ہے

دیگر۔ بغور دیکھا جاتا ہے۔ تو اس حالت کے پیدا ہونے کا انحصار بھی
فزیالوجی کے بموجب فاسد مادوں کی موجودگی پر کتنا غلط معلوم ہوتا ہے۔
کیونکہ ہپناٹزم کے عمل سے دماغ کی ہر حالت میں نیند لائی جا سکتی ہے
اور معمول سے بہت زیادہ دیر تک بمعہ فوائد مذکورہ بالا کے اس حالت کو
قائم رکھا جا سکتا ہے۔ حالانکہ برخلاف اس کے اگر حالت بیداری معمول
سے بہت زیادہ دیر تک رکھی جاوے۔ تو نقص صحت کا ہونا یقینی امر ہے
جس سے نتیجہ نکلتا ہے۔ کہ جاگرت کی تمام قوتوں کا منبع و مخزن "قوت طبعی"
ہی ہے۔ جو کہ نیند کی حالت میں جلوہ نما ہوتی ہے۔ اور اس "طبعی حالت"
سے ہی عالم بیداری "جوار بھاٹے" کی طرح ظہور پکڑتا ہے۔ اسی لئے قوت
ارادی کو قواء بیداری کی غذا کے لئے حسب ضرورت سرمایۂ روحانی حاصل
کرنے کی خاطر اس گنج بیقیاس کی طرف رجوع کرنا پڑتا ہے۔ گویا نیند ایک
روحانی حالت ہر ذی روح پرو اردہوتی ہے۔ جس سے ارادی طاقت
طبعی طاقت میں جذب ہو کر قواء بیداری کے لئے تر و تازگی کا مادہ (انرجی)
حاصل کرتی ہے۔ اسی مضمون کو آرین فلاسفی کی رو سے یوں بیان کیا
جا سکتا ہے۔ کہ جاگرت۔ سوپن اور سوشپتی کے استھول سوکشم اور کارن
(کثیف لطیف والطف) تین مختلف طبقات عالم ہیں۔ جن پر کہ روح
انسانی (جس کا نروکار سوروپ تُریا اوستھا میں جلوہ نما ہوتا ہے) مختلف
صورتوں میں ظہور پکڑتی ہے۔ اور ہر حالت میں بلحاظ خاصۂ جسم کے
اپنی جیوتی کا پرکاش کرتی ہے۔ چونکہ سوپن اوستھا کا سوکشم شریر بمقابلہ

---

۱؎ اسی اصول پر آرش گرنتھوں میں گہری نیند (سوشپتی) کے جسم کو "کارن شریر"
کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ کیونکہ سنسکرت زبان میں "کارن" کے معنے علت
یا سبب کے ہیں۔

۵؎ خامشی بحر است و گفتن ہمچو جو ؍ بحر میجوید ترا جو را مجو ۔

جاگرت اوستھا کے استھول شریر کے لطیف ہوتا ہے۔ اس لئے جس طرح پتھر کی دیواروں والے مکان میں رہنے والے آدمی کی نسبت شیشے کی دیواروں والے مکان میں مقیم شخص کی حدِ نگاہ بہت دُور یعنے باہر تک پہنچتی ہے ویسے ہی وہ قیودِ مکان و زمان جو استھول شریر کی کثیف دیواروں کی صورت میں انسان کی عملی نگاہ کو ایک نہایت تنگ حلقے میں گھیرے رکھتی ہیں۔ (جنکی بدولت وہ نہیں جان سکتا۔ کہ دیوار کی آڑ میں کیا ہو رہا ہے؟ یا پانچ منٹ تک کیا ہوگا؟ وغیرہ) سوکشم شریر کی بالائی منزل میں دخل ہوتے ہی قریباً نابود ہو جاتی ہیں۔ اور حلقہ علم ایسا وسیع ہو جاتا ہے۔ کہ عالم بیداری میں جہاں جانے کے لئے نہ صرف دنوں یا ہفتوں بلکہ مہینوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ عالم خواب میں بباعث لطافت کے پلک مارنے کی دیر میں وہاں پہنچ جاتا ہے۔ اور گہری نیند میں تو گویا دوری اور دُوئی کا نام و نشان ہی معدوم ہو جاتا ہے۔ کبیر جی کا کتھن ہے:۔

۵ جاگن سے سوون بھلا جو کوئی جانے سوئے
انتر لو لاگی رہے سہج ہی سمرن ہوئے

لیکن چونکہ ان اعلیٰ طبقات پر اپنے اجسام کو ہم ویسا ہی بے قابو پاتے ہیں۔ جیسے کہ اس دنیا میں بچوں کی حالت ہوتی ہے۔ اس لئے جس طرح بچوں کے قواء بیداری کو تربیت کرنے سے اس عالم کی اشیاء پر قابو حاصل ہو جاتا ہے۔ ویسے ہی ان طبقات بالا پر اپنے تئیں با اختیار بنانے کے لئے ہمارے لئے ضروری ہے۔ کہ ہر سہ اجسام کے قواء کی باقاعدہ نشوونما کریں۔ یعنے صرف ایک استھول شریر سے ہی تعلق نہ رکھیں۔ بلکہ اس کی خودی کو مٹا کر دیگر اجسام میں بھی اپنی خواہش کے بموجب دخل ہونے اور ان سے حسب منشا کام لینے کی قدرت حاصل کریں۔ گویا سوکشم اور کارن شریر پر بھی ہماری قوت ارادی اتنی ہی با اختیار ہو۔ جتنی کہ مہذب اشخاص کی استھول شریر پر قابو رکھتی ہے

چنانچہ اس مطلب کے لئے مندرجہ ذیل قسم کی تربیت کی ضرورت ہوتی ہے:-

## طریق تربیت

قواء خواب کی تربیت کے دو طریقے ہیں۔ "ا" ادنےٰ درجے کا یعنے تموگنی طریقہ + "ب" اعلیٰ درجے کا یعنے ستوگنی طریقہ +

(ا) تموگنی طریقہ :- مغربی سائینس کو اس بات پر فخر ہے۔ کہ اس کا تمام علم قدرتی تحقیقات پر مبنی ہے۔ اور اگر انصاف کو ہاتھ سے نہ دیا جائے تو اس کا یہ فخر عالم مادی کے کاروبار میں بجا بھی معلوم ہوتا ہے۔ لیکن روحانی زندگی میں چونکہ یہ ابھی تقریبًا نوزاد بچے کا درجہ رکھتی ہے۔ اس لئے مادہ کی تاریکی سے نکل کر نئی روشنی میں داخل ہونے پر اگر اس کی آنکھیں چندھیا جائیں۔ اور یہ کسی قسم کے غلط نتائج اخذ کرلے۔ تو چنداں ناقابل معافی جُرم نہیں + چنانچہ یہی معاملہ اس طریق تربیت میں دیکھا جاتا ہے۔ کیونکہ ظاہربین "فزیالوجی" نے چونکہ "تکان اور خلوت" ہی قدرتی نیند کے اسباب بیان کئے ہیں۔ اس لئے "سیرچوال سائینس" (علم روحانی) نے بھی انہی کو "مصنوعی نیند" پیدا کرنے کے وسائل کی فہرست میں سب سے اعلیٰ درجہ دے رکھا ہے۔ گویا اس مضمون کے مغربی عالموں کی تمام ہدایات کا خلاصہ مطلب یہ ہے۔ کہ عالم تنہائی میں سیاہ نقطے بلّور یا ترکٹی پر دھیان لگایا جائے۔ اس سے قوت باصرہ کو تکان ہوکر خواب کی کیفیت وارد ہوجاتی ہے۔ اور مافوق العادت حواس کھل جاتے ہیں۔ جیساکہ میر صاحب لکھتے ہیں۔ کہ "بلور کی طرف ٹکٹکی باندھ کر دیکھنا چشم باطن کھولنے کا ایک ایمپریکل طریقہ ہے"

چونکہ اندرونی حواس کی باقاعدہ تربیت کے لئے بھی اتنی ہی محنت درکار ہے۔ جتنی کہ بیرونی حواس کی تربیت کے لئے۔ اس لئے دیگر پہلوؤں کو نظرانداز کرکے اگر کوئی شخص اپنے تئیں "سِدھ"

کہلانے کا خواہشمند ہوکر ہمہ تن اس کمال کے حاصل کرنے میں مصروف ہو جائے۔ تو اس کامیابی کے جلدی حاصل کرنے میں سوائے اِس کے کہ اس کی حماقت مترشح ہو۔ اور کچھ فائدہ نہیں ہو سکتا۔ کیونکہ جس طرح کسی خاص عضو کا بمقابلہ دیگر اعضاء کے غیر معمولی طور پر موٹا ہو جانا مرض جسمانی پر دلالت کرتا ہے۔ ویسے ہی تمام اجسام کے قواء کی ہم آہنگی کے بغیر کسی خاص " سِدّھی " کا حاصل کر لینا مانسک نقص کا مظہر ہوتا ہے + یہی وجہ ہے۔ کہ اس طریق عمل کو تموگنی کرم قرار دے کر ناپسندیدہ ظاہر کیا گیا ہے +

(ب) ستوگنی طریقہ :۔ اس میں مندرجہ ذیل اصول شامل ہیں :۔

(۱) چونکہ آتمک جیوتی کا اظہار تن اور من کے ذریعے سے ویسا ہی ہوتا ہے۔ جیسا کہ منشور مثلثی (سپیکٹرم) میں سورج کی روشنی کا۔ اس لئے جس طرح کسی گیس کی موجودگی سپیکٹرم میں خاص شعاعوں کو تاریک کر دیتی ہے۔ ویسے ہی امراض جسمانی اور من کی ناقص حالتیں (جو کہ گوشت خوری اور منشیات یعنے شراب وغیرہ کے استعمال یا کام کرودھ وغیرہ میں مبتلا رہنے سے ظہور پکڑتی ہیں) آتمک شکتیوں کے اظہار میں مانع ہوتی ہیں + پس اس عمل کے مبتدی کے لئے پہلی شرط یہ ہے۔ کہ وہ صحیح الجسم اور سلیم الدماغ ہو + اسی اصول کو مدنظر رکھ کر گیتشور کرشن ہر امر میں اعتدال رکھنے کی ہدائت فرماتے ہیں +

(۲) جس طرح صحیح الجسم انسان اپنے اعضاء جسمانی سے حسب منشا کام لے سکتا ہے۔ ویسے ہی سلیم الدماغ شخص کی کھلی یہی پہچان ہے کہ وہ اپنے من کو جس کام میں لگائے۔ وہ اس سے اِدھر اُدھر نہ جائے چونکہ رعشہ کے مریض کے اعضاء کی طرح منتشر من بباعث عدم دلجمعی کے اپنے آقا کا حکم بجا نہیں لاتا۔ اور " نماز کے وقت کابل میں گھوڑے خریدتا پھرتا ہے " اس لئے چت کو ایکاگرتا کا ابھیاسی بنانا حصول مقصد کا

دوسرا سادھن ہے۔ چونکہ بقول ایک دانا کے "تمام نافرمانبردار قواء کی نسبت آدھوں کا بھی زیر حکم رہنا بہتر ہے" اس لئے اگر کوئی شخص اپنے دل کو یکسُور رکھنے میں کامیاب ہو جائے۔ تو خواہ وہ بلحاظ وصف قلبی اعلیٰ طبقے پر پرواز گی نہ بھی کرے۔ تاہم مقدار طاقت کو بڑھا لینے کی وجہ سے ہر کام کو بآسانی اور جلدی تو ضرور ہی کر سکیگا۔ اسی لئے گیتا میں "نشکام کرم" پر بار بار توجہ دلائی گئی ہے۔ یعنے کرم کرتے وقت یا اس کے ختم کرنے پر پھل کا خیال نہیں کرنا چاہئے۔ کیونکہ ہر ایک کرم اپنا پھل تو ضرور ہی لائیگا۔ اس کے خیال میں بے چین ہونے یا اس کے حسب منشا ہونے پر خوش اور خلاف خاطر پانے پر رنجیدہ ہونے سے ٹھسکتی کو بیفائدہ کیوں ضایع کیا جائے؟

اس ایکاگرتا کی عادت بنانے کے لئے اگرچہ ابتدائی حالت میں اپنی قابلیت کے بموجب کسی خوشنما تصویر یا اعلیٰ خیالی کے مضمون پر توجہ لگانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ تاکہ ان کی دلچسپی آدرش کے حصول میں مدد دے۔ لیکن آخری حالت میں خواہ کوئی شے سامنے آجائے۔ اسی پر دھیان لگاکر ایسا محویت کا درجہ حاصل کرنا چاہئے۔ کہ سوائے اس شے کے اور سب عالم کی ہستی صفحۂ دل سے مٹ جاوے ۔

(۳) چونکہ جسم انسانی میں ہر ایک عضو دوسرے عضو کی ترقی سے موثر ہوتا رہتا ہے۔ اس لئے جس طرح تمام اعضاء بیرونی کی یکساں تربیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ ویسے ہی تمام قواء باطنی کا حال ہے۔ یعنے ان میں بھی تربیت کی موزونیت ویسی ہی ضروری ہے۔ کیونکہ جس طرح دن اور رات کی یکسانیت (۲۱۔ مارچ) موسوم بہار پر دلالت کرتی ہے (نہ سردی کی کلفت نہ گرمی کی شدت)، ویسے ہی دھن تن اور من ہر سہ میں بھی اعتدال کا ہونا ہی عالم بہار یعنے رس کھیتی اوستھا کا مظہر ہوتا ہے۔ چونکہ ان میں سے کسی ایک کی زیادتی بھی قانون معاوضہ کے زیر اثر اسی نسبت

سے دوسروں کی کمی کا موجب ہو کر تکمیل فطرت میں سدراہ اور تکلیف کا باعث ہوتی ہے۔ اِس لئے کسی ایک کی طرف خصوصیت سے متوجہ نہ ہو کر ہرسہ امور میں قدرت کی تقلید پر باقاعدہ اور باآہستگی ترقی کرنا ہی مد راج یوگی" کا حقیقی مقصد ہوتا ہے۔ اور انگریزی مثل کے بموجب کہ "آہستہ۔ مگر استقلال سے چلنے والا دوڑ میں جیت جاتا ہے" اپنی کوشش کا خاطرخواہ نتیجہ سچے آنند کی صورت میں وہی حاصل کرتا ہے + چونکہ جس طرح جسمانی اعضاء مختلف قسم کی کھیلوں (کرکٹ فٹ بال وغیرہ) سے نشوونما پاتے ہیں۔ ویسے ہی من کے اوصاف بھی تعلقاتِ دُنیاوی (باپ۔ بیٹا۔ استری پورش وغیرہ) کے متعلقہ فرائض کی ادائیگی سے ترقی پذیر ہوتے ہیں۔ اس لئے "راج یوگ" کے ابھلاشیوں کے لئے مہاراجہ جنک یا بھگوان کرشن کی طرح دُنیا میں مصرُوف رہتے ہوئے ہی اپنے قواء کی تربیت کرنا ہوتا ہے۔ نہ کہ گھر بار چھوڑ کر پہاڑوں یا جنگلوں میں خلوت اختیار کرنے سے۔ بقولیکہ:۔

س) اگر دل گرفتار ہے مخمصوں میں۔
تو خلوت بھی بازار سے کم نہیں ہے۔
مگر جس کے دل کو ہے یکسوئی حاصل۔
تو وہ انجمن میں بھی خلوت نشین ہے۔

چونکہ بھوگوں کی خواہش انتشار دل کا باعث ہونے سے رجوگن کی علامت ہے۔ اور کرم کرنے میں آلسیہ یعنے سُستی کرنا تموگن کی۔ اِس لئے پھل کی خواہش کو مٹا کر سُستی سے بالاتر رہنے کی غرض سے ورن آشرم کے کرم کرنا (جن میں مذکورہ بالا ہرسہ امور کی ہم آہنگ ترقی ویسے ہی مخفی رہتی ہے۔ جیسے کسی شخص کے پھل کی خواہش میں آملہ کا درخت لگانے پر اس کے سایہ اور خوشبو کی غرض پوشیدہ رہتی ہے) راج یوگی اپنی زندگی کا رویہ بنائے رکھتا ہے۔

بقول گیتا ش ۲-۱/۴۷

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ॥
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते संगोऽस्त्वकर्मणि ॥४७॥

ترجمہ :- ہے ارجن! تجھے صرف کرم کرنے کا حق حاصل ہے نہ کہ پھل کے حصول کا۔ اِس لئے پھل کی کامنا سے کرم مت کر۔ لیکن دبدیں خیال کہ جب پھل کی اچھیا ہی نہ رہی۔ تو کرم ہی کیوں کروں؟) تیری دلچسپی کرم نہ کرنے سے بھی نہ ہو (یعنے کرم ضرور کر) گویا اس کے ہر ایک کرم کا محرّک بجائے بھوگ کے اچھے سنسکاروں (قابلیت باطنی) کا حاصل کرنا اور تکمیلِ فطرت کی خواہش ہوتی ہے۔ چنانچہ ایک طرف اگر اِس سے اُس کا ستھول شریر آسیہ کا شکار نہیں ہوتا۔ اور "چِتشُدھ سادھن" کی روزانہ مشق سے اخلاقی اور عقلی نشوونما ہوتی ہے (کیونکہ بقول افلاطون پولیٹیکل خوبیاں بھی اخلاقی تربیت کی سادھن ہیں) وہاں اس کے ساتھ ہی دوسری طرف کرم پھل کے تیاگ کی وجہ سے اسکی جسمانی انانیت بھی ناش ہوتی رہتی ہے۔ حتےٰ کہ اس کے بالکل مٹنے پر وہ طبقات اعلیٰ کی پروازگی کے لائق ہوتا۔ اور انسان کامل یعنے "پرشوتم" کا خطاب حاصل کرتا ہے:-

۵ جادۂ راہ بقا غیر از فنا ملتا نہیں
ہے خودی جب تک کہ انساں میں خدا ملتا نہیں

مطلب مختصر یہ کہ تمام قوا کی یکساں نشوونما (جو کہ ورن آشرم کے فرائض کی ادائگی میں مخفی ہے) راج یوگ کا تیسرا سادھن ہے۔

(۴) مذکورہ بالا تینوں اصولوں کو جیون میں دھارن کرنے کے بعد اگر کوئی شخص اپنی طبعی قابلیت کے لحاظ سے قواء باطن کی نشوونما میں حتےٰ الامکان جلد کامیاب ہونا چاہے۔ تو اُس کے لئے مندرجہ ذیل سطور بھی قابل توجہ ہیں:-

"۱"۔ چونکہ یہ امر واقع ہے۔ کہ قدرتی نیند کی حالت (جبکہ قواء

روشنضمیری کا اظہار ہوتا ہے) میں صرف "طبعی طاقت" ہی کام کرتی ہے۔ کیونکہ جسمانی خودی (معقول قوت ارادی) حذف ہوجاتی ہے۔
اور یہ امر بھی روز روشن کی طرح عیاں ہے۔ کہ تمام کائنات کا انتظام "قوت طبعی" سے سرانجام پاتا ہے۔ اس لئے نتیجہ یہ نکلتا ہے۔ کہ قوت ارادی کا "خودی" کے پردے میں ملفوف ہونا ہی علم طبعی (سروگیتا۔ ہمہ دانی) سے محروم ہونے کا کارن ہے۔ بقول لیکہ:۔

ہم بغل تجھ سے رہتا ہے ہر آن رام تو
بن پردہ اپنے وصل میں حائل ہُوا ہے "تو"

لیکن چونکہ سوائے اُن اشخاص ( [illegible] ) کے جو کہ خاص قدرتی قابلیت رکھتے ہیں۔ یا کسی قسم کے دماغی امراض میں مُبتلا ہوتے ہیں۔ عام طور پر کوئی شخص اس علم کو سوائے خاص مستثنے صورتوں کے حالت بیداری میں واپس آتے وقت ساتھ نہیں لاسکتا۔ کیونکہ تبدیلئے حالات میں بے اختیار ہے۔ اس لئے اگر کوئی سچا جگیاسُو ارادتاً اس طبعی حالت میں جانا (جاگرت اور سوشپتی کے درمیانی پُل کو عبور کرنا) اور اس عالم لطیف سے خاطر خواہ علم اپنے مادی حافظے تک لانا چاہتا ہو۔ تو اس کے لئے ضروری ہے۔ کہ پہلے "آدم" سے "آتم" روپ دھارن کرکے دوجنموں کی فہرست میں شامل ہو۔ گویا جسمانی خودی کے خیال کو مٹا کر یعنے اپنے تئیں جسم کثیف سے علیحدہ سمجھتے ہُوئے آتمک اوستھا (انانیت حقیقی) میں توجہ قائم کرنے کا ابھیاس کرے بقول لیکہ:۔

آنکھ ناک مُکھ مُوند کر نام نرنجن لے
انتر کے پٹ تب کُھلیں جو باہر کے پٹ دے

(ب)۔ چونکہ قدرت کا قانون ہے۔ کہ جو شخص ورزش کی صورت میں اپنی قوت بدنی کو پورے طور پر استعمال کرتا ہے۔ وہ تو اور طاقت بھی حاصل کرتا ہے۔ لیکن برخلاف اس کے جو شخص اپنی موجودہ طاقت

کو بھی ٹھیک طور پر زیر مشق نہیں لاتا۔ یعنے سُست پڑا رہتا ہے۔ وہ
اپنی پہلی طاقت کو بھی کھوتا رہتا ہے ÷ نیز یہ بھی امر مسلمہ ہے کہ اختیاری
عضلات کی ورزش سے بے اختیاری عضلات بھی اثر پذیر ہوتے رہتے
ہیں ÷ اب جس طرح سُورج کی روشنی سپیکٹرم میں ایک طرف سُرخ اور
دوسری طرف بنفشی رنگ کی شعاع تک ہی نظر آتی ہے۔ ان دونو
انجاموں سے اِدھر اُدھر کی شعاعوں کو قوت بصارت محسوس نہیں کر سکتی۔
(حالانکہ سُرخ شعاع سے باہر کی طرف تاریک حرارت محسوس ہوتی ہے
اور بنفشی کی نزدیکی شعاع کی ہستی "ایکسریز" سے ثابت ہے۔) ویسے
ہی ارادی طاقت کے دونو انجاموں میں سے ادنےٰ ترین تو "اختیاری
عضلات کا کام" ہے۔ اور اعلیٰ ترین اعلیٰ خیالی یعنے "مسائل فلسفہ پر غور
کرنا" ÷ ان میں سے ادنےٰ ترین درجے سے گزر کر روحانی ظہور طبعی
حرکات جسمانی (دل و تنفس کا فعل وغیرہ) کی صورت میں نمایاں ہے۔
اور اعلیٰ خیالی سے بالاتر روشنضمیری وغیرہ کے اوصاف میں جلوہ نما ہوتا
ہے۔ جو حالات کہ معمولی انسان کے حیطۂ اختیار سے باہر ہیں۔ پس
ان کا ہی قابو میں لانا انسانی کمال کے حصول یا انکشاف روحانی کے
لئے ضروری کہا جا سکتا ہے ÷

چونکہ نئی طاقت حاصل کرنے کے لئے لازمی ہے۔ کہ موجودہ
طاقت کو پورے طور پر کام میں لایا جاوے۔ اس لئے جہاں ایک طرف
جسم کثیف کو اپنے ارادے کے زیر اثر "فوری تعمیل" کی صورت میں
لانا ضروری ہوگا۔ وہاں دوسری طرف دماغ کو بھی اس کے کام میں
زور دینا لازمی امر ہے ÷ لیکن جس طرح عام طور پر جو شخص اپنے تئیں
تکان میں چُور محسوس کرتا ہو۔ اگر اس کو اس کے گھر جلنے یا بیٹا
قریب المرگ ہونے کی خبر سُنا دی جاوے۔ تو وہاں پہنچنے کے لئے
فوراً اس میں ایک طاقت کا جوش امنڈ آتا ہے۔ گویا عضلاتی طاقت

کا ایک مخفی خزانہ جمع تھا۔ جس سے وہ خود بھی ناواقف تھا۔ ویسے ہی دماغی پہلو سے عام لوگ ہر امر میں خود سوچنے کی بجائے دوسرے سے دریافت کرنے (تحقیق کی جگہ تقلید) کرنے میں آسانی سمجھتے ہیں۔ گویا وہ اپنی قوت غور و خوض کو کام میں نہیں لاتے۔ یا اس سے بیخبر رہتے ہیں۔ حالانکہ غور کرنے پر وہ بات بآسانی ان کی سمجھ میں آسکتی ہے +
مطلب یہ کہ عوام الناس اپنی موجودہ قوتوں کو پورن ریتی سے استعمال میں نہ لانے کی وجہ سے ہی سستی اور جہالت کے گڑھے میں گر رہے ہیں + چونکہ "طالب کمال" کا مقصد اپنے قوا کو ترقی دینا ہے۔ اس لئے سب سے پہلے اس کے اندر کام کرنے کے لئے جوش پیدا ہونا چاہئیے گویا جس طرح بچہ چالاک ہوتا ہے۔ ویسے ہی جگیاسو کے لئے "از حد تیک" ہونا لازمی ہے + دوسری بات یہ ہے۔ کہ ان ہر دو انجام تک کی طاقتوں کو استعمال میں لانے کے لئے ایک ایسے خودساختہ "پروگرام" پر کاربند ہو۔ جس میں خاص کام تو جسمانی فعل کی حیثیت سے کرنا لازمی قرار دیا جائے (تاکہ آلسیہ دور ہو) اور خاص مضمون (بحثیت دماغی کام کے) وچار کرنے کے لئے اس میں شامل کیا جائے + چونکہ دماغی طاقتیں عقل اخلاق اور ارادے کی صورت میں جلوہ نما ہوتی ہیں۔ اس لئے ہر سہ کے لئے مناسب غذا بہم پہنچانا مفید ترین ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر بلحاظ جسمانی فعل کے تو "کسی کی خدمت کرنا اور اپنا ہر کام وقت معینہ پر کرنا" اور عقلی قواء کی ترقی کی غرض سے "بھگوت گیتا یا اوپنشد

---

عا اسی خوبی کی بدولت راون کی نسبت "کال بس کرنے" کی روائت مشہور ہے + یہی خاص خوبی جرمن فلاسفر کینٹ کے بعون میں بتائی گئی ہو گویا اسکے ایک دن کے کام کو تیس سے ضرب دینے پر ماہواری اور پھر بارہ سے ضرب کرنے سے سال کا کام معلوم ہو سکتا تھا۔ نیز شام کی سیر کا وقت ایسا معینہ تھا۔ کہ لوگ اسکو دیکھ کر اپنی گھڑیوں کا وقت درست کیا کرتے تھے +

وغیرہ کتب فلسفہ کا مطالعہ کرنا" اخلاقی قواء کی نشوونما کے لئے مد آتمک اوصاف کو عملی زندگی میں ظاہر کرنا (بصورت پریم و بشاشت)" یا "یم نیم کے انگوں کو جیون میں ایک ایک کر کے دھارن کرنا"۔ اور قوت ارادی کے حصولِ کمال کی غرض سے کسی "اعلیٰ معراج کے حاصل کرنے کی دُھن میں خود فراموشی کی حد تک جدوجہد کرنا"۔ یا "اپنے تئیں جسم سمجھنے کی غلطی سے نجات پانا" وغیرہ سکیم مذکورہ میں حصہ لینے کے بہترین سادھن کہے جا سکتے ہیں۔ مطلب مختصر یہ کہ اختیاری قوا کو جس قدر "ارادے" سے استعمال میں لائیگا۔ ورزش اختیاری کی طرح طبعی قوا اتنے ہی ارادے کے زیر اثر آکر اظہار پذیر ہو سکینگے۔ اور انسان قواء بیداری کی طرح قواء خواب پر بھی قادر ہو سکیگا +

اس امر کا ذکر کر دینا شاید بیجا نہ ہوگا۔ کہ کثیر التعداد اصحاب کے وہ افعال جن کو کہ وہ "ارادی" سمجھتے ہیں "حالات بیرونی کے زیر اثر" ہی (فونوگراف کی طرح) ہوتے ہیں۔ کیونکہ ایسے بہت کم اصحاب ہیں۔ جو کہ "سٹیمر" کی طرح ارادتاً دریا کے پار پہنچنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ورنہ عام طور پر "تنکے" کی طرح ہوا کے جھکولوں سے ہی پار جا رہے ہیں۔ اور یہی ارادے کی شکتی کا نہ استعمال کرنا ان کی گراوٹ کا باعث ہوتا ہے +

(۵) **آتمک شکتی کا جگانا**:۔ بغور دیکھا جائے۔ تو تغیر پذیر کائینات میں نہ صرف زندگی اور اسکی مختلف شکتیوں دگیان - پریم شجاعت وغیرہ) کا اظہار ہی اپنے پشت پناہ ایک لامحدود بھنڈار کیطرف اشارہ کرتا ہے۔ جو کہ کرشن کی بنسی کی طرح ہمیشہ سے مختلف صورتوں میں روح پھونک رہا ہے۔ بلکہ مادی اشیاء اور ان کے قوانین بھی اسی حکمران طاقت پر دلالت کرتے ہیں۔ جو کہ ان کو اندر باہر اوپر نیچے سے گھیرے ہوئے ہے۔ چنانچہ یہی لامحدود شکتی ہر شے کی آتما ہے +

دیگر امر یہ ہے۔ کہ ایک طرف تو سائینس کا یہ فرمان ہے۔ کہ جس کو ہم "کائینات" کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔ وہ وہ نہیں۔ جو در حقیقت بیرونی دنیا ہے۔ بلکہ وہ وہ ہے۔ جو بیرونی دنیا کا عکس بوساطت حواس کے ہمارے خیال میں پڑتا ہے + چنانچہ اسی لئے حواس یا دماغ میں تبدیلی آنیسے کائینات کے اوصاف تغیر شدہ معلوم ہوتے ہیں۔ اور ہر شخص اپنے اپنے مکمل (اوپٹی مسٹ) اور ناقص (پیسی مسٹ) خیال کے بموجب اس کو بہشت اور دوزخ سمجھے ہوئے ہیں + اور دوسری طرف رشیوں کا یہ سدھانت ہے۔ کہ "خیال" ہی ایک زندہ طاقت ہے جس کا ظہور سورج کے پرکاش کی طرح کائینات کی صورت میں نظر آرہا ہے (جس کو درشٹی سرشٹی باد کہا جاتا ہے) کیونکہ نہ صرف بیرونی صورتوں (تصاویر۔ بت۔ مکان اور مشینیں وغیرہ) کی ہی بنیاد "خیال" پر رکھی جاتی ہے۔ بلکہ ایک طرف اگر اپنے جسم پر امید حوصلہ یقین اور بشاشت کے خیالات صحت بخش اور کمزوری۔ مایوسی۔ خوف و شک یا حسد و غم وغیرہ کی خیالی لہریں مضر صحت اثر پیدا کرتی ہیں۔ تو دوسری طرف قوت تحریر و تقریر وغیرہ کے ذریعے قوت خیال ہی دوسروں کے خیالات کو مطیع کر کے ان کی زندگی پر حکومت کرتی ہے۔ حتےٰ کہ دولتمندی غریبی۔ کمزوری اور پہلوانی۔ شادی اور غمی وغیرہ ہر ایک حالت کا انحصار اختلافِ خیالات کا ہی نتیجہ ہے۔ گویا ہر ایک شے کے "اپنی ہمجنس کی طرف کھینچنے" کے قانون کے زیر اثر اعلیٰ خیالات اگر اعلیٰ درجہ کی حالتوں کا باعث ہوتے ہیں۔ تو ادنےٰ خیالات ادنےٰ درجے کی حالات کو اپنی طرف کھینچتے ہیں۔ اسی لئے کہا گیا ہے :-

جو تجھ کو کانٹا بوئے تو واکو بو پھول
تجھ کو پھول کا پھول ہو واکو ہو ترسول

ہر ایک بیرونی نتیجے کا سبب اندرونی دُنیا میں ہوتا ہے۔ بیرونی

تکلیف آنے سے پہلے لازمی ہے۔ کہ من میں میل آگئی ہو ❊ جس طرح کیمیائی قانون کے زیر اثر نظر نہ آنے والے عناصر باہم ملتے ہیں ویسے ہی روحانی قانون کے بموجب سمجھ میں نہ آنے والے حالات۔ (اتفاقیہ) مانسک اوستھا کے بموجب کھینچے آتے ہیں۔ اسی کا نام دنیا ہے ❊ علاوہ ازیں مشہور عالم فلاسفر ہربرٹ سپنسر کے کتھن انوسار بھی کائینات کا ازلی عنصر "خیال" ہی ہے۔ کیونکہ کسی شئے کا گیان اس کے "تعلقات معاصرانہ"۔ اور "تعلقات تواتر" سے ہی ہوتا ہے۔ اور "تعلق معاصرانہ (متعلقہ دیش) دراصل "تعلق تواتر" (متعلقہ کال) کے ہی دوبارہ محسوس کرنے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ جو کہ مانسک مظہرات سے ظہور پکڑتا ہے پس خواہ کسی پہلو سے دیکھا جائے۔ گنگا کی نہر کی طرح من ہی مذکورہ بالا لامحدود شکتی کے اظہار کا دروازہ ثابت ہوتا ہے ❊ اور نر نارائین کا میلاپ مہنسوں کو اسی مانسرور کے دہام پر دکھائی دیتا ہے۔ اس لئے جو شخص چاہتا ہے۔ کہ اس سے لامحدود طاقت کا اظہار ہو۔ اس کے لئے لازمی ہے۔ کہ وہ من کے محدود پن کو دور کرے۔ یعنے انانیت شخصی (ادنےٰ فطرت) کی تنگ قیود سے آزاد ہو کر انانیت حقیقی (اعلیٰ فطرت) کے اوصاف دھارن کرے۔ اور اسر بھاؤ کو من سے نکال کر دیو بھاؤ کو جگہ دے۔ جس کی تفصیل بھگوت گیتا کے سولھویں ادھیائے میں گائی گئی ہے:-

۵ سر وپا صاف شو تا در بروئے یار جا یابی
کہ پیش خوبرویاں آئینہ منظور میگردد

جس طرح آنکھ کی میل ہٹنے سے بیرونی اشیا نظر آتی ہیں۔ ویسے ہی من کی غلاظت دور ہونے پر۔ باطنی مکاشفات نصیب ہوتے ہیں۔ گو ان کو فوق القدرت کہا جاسکتا ہے۔ لیکن صرف اس لئے کہ یہ معمولی نوع انسان کی حد احساس سے باہر ہوتے ہیں۔ کیونکہ جس طرح گذشتہ

زمانے میں سمجھے ہوئے "فوق القدرت" امور آجکل کے زمانے میں سلسلۂ ایوولیوشن کی بدولت ساخت دماغی کی تبدیلی سے طبعی مظہرات تسلیم کئے جارہے ہیں۔ ویسے ہی آجکل کے فوق القدرت امور آئندہ زمانے میں تغیر ساخت کی بدولت طبعی معلوم ہونگے۔ گویا دراصل "فوق القدرت" امر کوئی نہیں۔ صرف اس کے احساس کی قابلیت کا دماغ میں ہونا ضروری ہے۔ خواہ اب ہو یا آئندہ بیشمار زمانے کے بعد ہو۔ جس طرح پانی اپنے فطرتی خواص کی بدولت راستہ پاتے ہی نیچے کو بہ نکلتا ہے۔ ویسے ہی اس امرت کا چشمہ من کا دروازہ کھلتے ہی اندر دخل پاتا ہے سوال صرف وسیع خیالی اور ہمدردئے عامہ کا ہے۔

## ہپناٹزم کے فوائد

اگرچہ قواء خواب کی تربیت کے فوائد (جن کو یوگ کے گرنتھوں میں سدھیوں کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔) کا ذکر اکثر ناظرین مبالغہ آمیز سمجھینگے۔ لیکن مختصراً ان امور کا درج کر دینا جن کو مغربی سائنس بھی تسلیم کرتی ہے۔ اس لئے ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ عوام الناس بباعث عدم واقفیت اس پہلو سے محروم نہ رہیں۔

(۱) عصبی درد کو دور کر دیتا ہے (۲) عصبی اور عضلاتی اثر پیدا کر کے معمول کو بت بنایا جاسکتا ہے (۳) عصبی مرکزوں پر اثر انداز ہو کر قوتِ احساس میں تبدیلی پیدا کر دیتا ہے۔ گویا ایمونیا کو گلاب اور گلاب کو ایمونیا محسوس کرا دیتا ہے۔ بقولیکہ:-

شعر
از محبت خارہا گل میشوند
وز محبت سرکہ ہا مُل میشوند

(۴) بغیر موجودگی کسی شے کے اُسکی ہستی محسوس کرائی جاسکتی ہے (ہیلیوسی نیشن) گویا جس طرح توجہ کو برطرف کرنے سے آواز نہیں سُنائی دیتی

ویسے ہی توجہ کی خاص طاقت کو بڑھاکر عدم موجود آواز سنائی دیسکتی ہے ÷ (۵) ٹیلی پیتھی اور ٹیلی ستھیزیا کی حالت پیدا ہوسکتی ہے (۶) اپنے تئیں کسی دور مقام پر دکھا سکتا ہے (۷) دوسرے کے خیالات پر اثر ڈال کر اس کی خراب عادات (میخوری وغیرہ) کو بدل سکتا ہے۔ (۸) جس طرح کلوروفام وغیرہ ادویات کے اثر سے اور صدمۂ ضرب یا قریب المرگ ہونے سے نظام عصبی کی حالت بدلنے سے درد محسوس نہیں ہوتا۔ ویسے ہی ہپناٹزم کے اثر سے ایسی حالت پیدا کی جاسکتی ہے۔ جس میں اوپریشن کئے جاسکتے ہیں۔ مگر اول الذکر حالات اور ہپناٹزم کے اثر میں فرق یہ ہے۔ کہ آخرالذکر میں باقی تمام قواء کام دیتے ہیں۔ لیکن پہلی صورتوں میں قوت احساس کے علاوہ دیگر قواء بھی مفلوج ہوتے ہیں ÷

**قدرتی نیند اور مصنوعی نیند** (سمادھی) میں یہ فرق ہوتا ہے کہ نیند کی حالت میں سُوئی چبھونے یا کسی بیرونی اثر سے جاگ آجاتی ہے اور ساتھ ہی اس حالت میں بباعث غفلت اور تاریکی کے کسی سوال کا جواب باصواب نہیں دیسکتا۔ لیکن برخلاف اس کے ہپناٹزم کی حالت میں بیرونی اثرات سے جاگ نہیں آتی۔ یعنے وہ محسوس تو کرتا ہے۔ لیکن توجہ کی یکسُوئی کا سلسلہ نہیں ٹُوٹتا۔ گویا وہی حالت بنی رہتی ہے علاوہ ازیں قوت آگاہی روشنی کی حالت میں ہوتی ہے۔ گویا تیسری آنکھ کھُل جاتی ہے۔ اس لئے باوجود بیرونی حواس کی بندش کے ہر بات کا جواب صحیح دیتا ہے ÷ یا یُوں کہا جاسکتا ہے۔ کہ جس طرح لڑائی کے جوش میں درد کا خیال نہیں ہوتا۔ ویسے ہی بغیر کسی دوسرے جوش کے ہپناٹزم کا اثر درد کو رفع کردیتا ہے۔ گویا درد کی طرف سے توجہ کو ہٹا دیتا ہے ÷ غرض مختصر مطلب یہ ہے۔ کہ خواب ہپناٹزم میں تکلیف اور لاعلمی دور ہوکر آنند اور گیان کا چشمہ نظر پڑجاتا ہے۔ اس لئے روحانی ترقی کا دروازۂ اولین یہی ہے۔ کہ قوت خیال پر انسان قابو پالے ÷

## ہپناٹزم کے مروّجہ طریقے

(۱) سادھوؤں میں مُنشیات کا استعمال :- مضمون مذکورہ بالا کے مطالعہ سے یہ بات بآسانی سمجھ میں آسکتی ہے۔ کہ موجودہ زمانے کے جاہل سادھوؤں میں مُنشیات کا استعمال کیوں رواج پکڑ گیا ہے؟ چونکہ نشے (بھنگ و سُلفہ وغیرہ) عصبی مرکزوں پر اثر ڈال کر مصنوعی نیند کے مشابہ حالت کا موجب ہوتے ہیں۔ اس لئے جو لوگ مذکورہ بالا اصولوں سے بیخبر تھے۔ اُنہوں نے ویسی حالت پیدا کرنے کے لئے ہٹھ یوگ کے عالموں کی طرح ایسا غلط راستہ اختیار کر لیا۔ جس سے کہ تمام عصبی طاقت زائل ہوجاتی ہے ÷ حالانکہ اصلی ہپناٹزم سے صرف قُوتِ ارادی کو ہی یکسُوئی کے ذریعہ طبعی طاقت (پرماتما) میں جذب کیا جاتا ہے ÷

(۲) بعض اشخاص لوبان وغیرہ چند ادویات کو آگ میں ڈال کر ان کا دھوآں سونگھ کر بیہوشی کا عالم پیدا کرتے ہیں۔ گویا عالم لطیف کے نظارے دیکھنے کے لئے جسم کثیف سے رہائی حاصل کرتے ہیں ÷ کیونکہ ستھول شریر کی طاقتوں کے زیر اثر سوکشم طاقتیں ویسی ہی دبی رہتی ہیں۔ جیسے سُورج کی روشنی ہماری آنکھوں سے دور کے ستاروں کی روشنی کو چھپا دیتی ہے۔ اس لئے سوکشم شکتیوں کے اظہار کے لئے ستھول شریر سے قوتِ آگاہی کو ہٹانا لازمی امر ہے ÷

(۳) فقیروں کا ایک فرقہ ناچ سے وجد حاصل کرتا ہے۔ یعنے اپنے ہی گرد اس تیزی سے گھومتے ہیں۔ کہ ان کا سر چکرا جاتا ہے۔ اور بیہوش ہوکر زمین پر گر پڑتے ہیں۔ اور اس بیہوشی میں عالم لطیف کے نظارے دیکھتے ہیں ÷

(۴) بعض لوگ کانچ کی گولی کو اتنی دیر تک دیکھتے رہتے ہیں۔ کہ دماغ پر بیہوشی طاری ہو کر نظر باطن کھُل جاتی ہے ÷

(۵) بعض شخص کسی شلوک مصرعہ یا کسی نام کو بار بار دل میں ورد

کرتے رہتے ہیں۔ جس سے دماغی طاقت بے حس و حرکت ہو جاتی ہے۔ اور چشم لطیف روشن ہو جاتی ہے + مشہور انگریز شاعر ٹینی سن بھی اس طریقے پر عمل کرنے کا نتیجہ ایک ناقابل بیان حالت کے وارد ہونے کی صورت میں ظاہر کرتا ہے +

(۶) رادھا سوامی مت کے پیرو کار پہلے اپنے گورو کے نام (رادھا سوامی) کا سمرن اور اس کی تصویر کا دھیان اور بعدہٗ کانوں کو بند کر کے دائیں طرف کی آوازوں کو سننے اور دونو آبرؤں کے درمیان یعنے ترکٹی میں اوپر کی طرف زور دے کر دیکھنے میں توجہ لگا کر دماغی تکان کے نتائج انبھو کرتے ہیں +

(۷) حبس دم یعنے تنفس کو زور سے روکنے پر بھی ایسی حالت پیدا ہونے کی وجہ سے بعض اشخاص اس کی مشق میں دلچسپی لیتے ہیں۔ علیٰ ہذا القیاس۔ قصہ کوتاہ یہ تمام عمل ایسے ہیں۔ جن سے دماغ پر عارضی طور پر سخت دباؤ ڈالنے سے حواس اپنے فعل سے معطل کر دئے جاتے ہیں۔ لیکن راج یوگ کا طریقہ ایسا ہے۔ جس کی مشق من کو آہستہ آہستہ کرائی جاتی ہے۔ اور من پر قابو حاصل کر لینے سے حواس خود بخود قابو آجاتے ہیں + چونکہ من کو قابو میں لانے سے جو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ وہ روح (انانیت اعلیٰ) کی تربیت کا نتیجہ ہوتی ہے۔ اس لئے مستقل سنسکار ڈالنے سے وہ شریر کے چھوڑنے پر بھی رُوح کے ساتھ رہتی ہے کیونکہ روح کے جسم کو چھوڑنے کی مشابہت گیہوں کو بالوں سے نکالنے سے دیجاتی ہے۔ گویا یہ طریقہ ہی بھگوان کرشن کے کتھن انوسار انیک جنموں میں مُنش کی تکمیل فطرت (پرم گتی) کا سادھن ہو سکتا ہے + برخلاف اس کے جو طاقت حواس کو بیرونی طور پر تھکانے سے حاصل ہوتی ہے۔ وہ صرف ستھول اور سوکشم شریر تک محدود ہونے کی وجہ سے ان کے ساتھ ہی زائل ہو جاتی ہے۔ جیسے حنائی رنگ کا تعلق صرف ناخن کے اسی حصے تک

رہتا ہے۔ جس پر کہ مہندی لگائی گئی ہو + علاوہ ازیں مختلف قسم کے دماغی امراض جوان طریقوں کے عاملوں میں دیکھے جاتے ہیں۔ یا عشق مجازی کے قیدیوں کی طرح دھن تن وغیرہ کی طرف سے لاپرواہی کرنے کے مضر نتائج بھوگتے ہیں۔ وہ علیحدہ ان کی حماقت کے ثبوت بہم پہنچاتے ہیں۔ اس لیئے سچے آنند کے ابھلاشیوں کے لئے ضروری ہے۔ کہ وہ نئے غلط طریقوں کو چھوڑ کر قدیمی راج یوگ کا صحیح طریقہ اختیار کریں:۔

राजविद्या राजगुह्यं पवित्रमिदमुत्तमम् ॥
प्रत्यक्षावगमं धर्म्यं सुसुखं कर्तुमव्ययम् ॥९॥२॥

جس کی تعریف گیتا کے نویں ادھیائے دوسرے شلوک میں یوں کی گئی ہے۔ کہ "یہ راج ودیا (علموں کی بادشاہ) مقدس ترین۔ دھرم روپ نہایت مخفی۔ سکھ سے عمل میں لانے والی۔ پرتیکش رس دکھلانے والی اور لافانی ہے"۔

**"پ" بیداری**

چونکہ عام طور پر منش جیون کا قیمتی حصہ جاگرت اوستھا میں ہی گذرتا ہے۔ اور حفظانِ صحت کا بھی خاص تعلق اسی حالت سے ہے۔ اس لیئے اس اوستھا کو مفید تر بنانے کے لئے ضروری ہے۔ کہ ہر شخص قوانین صحت کی پیروی کرنا دھرم کا مکھیہ انگ سمجھے۔ کیونکہ دوسرے سارے دھارمک انگوں کا جسمانی صحت پر ہی دارومدار ہے:۔ سو وہ "قوانین" مندرجہ ذیل تین صورتوں پر منقسم ہیں:۔

**اولاً**:۔ مناسب اشیاء کا گرہن:۔ جس میں ہوا۔ پانی۔ غذا۔ لباس اور مکان وغیرہ شامل ہیں۔

**دوم**:۔ نامناسب اشیاء کا تیاگ:۔ جس میں اندرونی بیرونی اور درمیانی ساختوں کی غلاظتوں کا دور کرنا شامل ہے۔

**سوم**:۔ قیام نسل کے لئے ہمجنس ہستی کا پیدا کرنا:۔ جس میں براہ

کرنے اور اولاد کے متعلقہ امور شامل ہیں :۔

## "۱" مناسب اشیا کا گرہن :۔ (۱) ہوا

قیام زندگی کے لئے سب سے ضروری شے ہوا ہے۔ جس کے بغیر
چند منٹ بھی گزارہ کرنا دشوار۔ بلکہ ناممکن امر ہے۔ بالفاظ دیگر یہی ہماری
حقیقی ہمدم ہے۔ جس کا ہر دم ہمارے دم کے ساتھ رہنا لازمی ہے
اور جوکہ ایک دم کے لئے بھی جدا ہو۔ تو بس دم ہوا ہو اور زندگی برباد
بقولیکہ :۔ ع نفس کی آمد و شد ہے نمازِ اہلِ حیات
جو یہ قضا ہے تو اے غافلو قضا سمجھو
اس لئے ہر شخص کے لئے ضروری ہے۔ کہ اس کی حقیقت
سے کچھ نہ کچھ واقفیت رکھے۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے مندرجہ
ذیل امور قابل غور ہیں :۔

### (۱) ہوا کے اجزا

اس کے سو حصوں میں آکسیجن[ع۱] ۲۱ حصے۔ نائٹروجن (بمعہ زینون۔ کرپٹون۔ ہیلیم۔ نیون کے) ۷۸ حصے۔ کاربانک ایسڈ ۰۴۔۰ حصے آرگون ۹۶ حصے
اور کسی قدر پانی کے بخارات تو ہمیشہ ہوتے ہیں۔ لیکن گاہے گاہے مندرجہ
ذیل اشیاء بھی پائی جاتی ہیں۔ مثلاً اوزون۔ ایمونیا۔ مارش گیس۔

ع۱ اگرچہ آکسیجن زندگی کے لئے نہایت ضروری شے ہے۔ کیونکہ انسان ۱۴
فیصدی آکسیجن تک ہی زندہ رہ سکتا ہے۔ دس فیصدی میں تکلیف پاتا۔ اور
سات فیصدی میں مرجاتا ہے + لیکن برخلاف اس کے خالص آکسیجن کے
تین گرہ بادی کے دباؤ ہونے پر بھی تنگئے نفس سے ہی مرتا ہے۔ اور اس
کا دباؤ تہائی کرنے پر حافظہ اور ہوش معطل ہو جاتے ہیں۔ آکسیجن نہ ملنے پر
انڈوں میں نشو و نما اور سیلز کی تقسیم رک جاتی ہے +

کاربانک آکسائیڈ۔ سلفیورس ایسڈ۔ سلفیورٹیڈ ہائیڈروجن اور نائٹرک ایسڈ وغیرہ +

## (۲) ہوا کو غلیظ کرنے کے اسباب

(۱) حیوانی تنفس۔ (۲) آگ کا جلنا (۳) نباتاتی یا حیوانی مادوں کا سڑنا (۴) گرد و غبار (۵) بیکیٹریا (جراثیم) +

(۱) تنفس سے ہوا میں کاربن ڈائی آکسائیڈ۔ پانی۔ مردہ ساختیں اور جراثیم شامل ہوتے ہیں + عموماً ہر سانس میں چار فیصدی آکسیجن لیا جاتا ہے۔ اور اس کی جگہ چار فیصدی کاربانک ایسڈ ہوا میں ملتا ہے + پانی کا انحصار ہوا کی یبوست کی کمی بیشی پر ہوتا ہے۔ گو عام طور پر انسانی پھیپھڑے اور جلد تقریباً ڈھائی پاؤ بخنہ پانی کی تبخیر چوبیس گھنٹے کے اندر ہوا میں خارج کرتی ہے + آرگینک مادے اور جراثیم دودھ اور غذا کو اپنے ساتھ ملنے پر فوراً خراب کر دیتے ہیں + اور خود تازہ صاف ہوا سے صاف ہوتے ہیں + معمولی انسان تقریباً نصف مکعب فٹ کاربن ڈائی آکسائیڈ فی گھنٹہ خارج کرتا ہے۔ اور بیل اور گھوڑے اس سے تین گونہ خارج کرتے ہیں + اس امر کے جاننے پر بآسانی سمجھ میں آسکتا ہے کہ بند مکان میں چند آدمی اور حیوان کتنی جلدی اس کی ہوا کو خراب کر کے پھر گندی ہوا میں سانس لینے کے مجرم ہوتے ہیں +

(۲) آگ جلانے سے کاربن ڈائی آکسائیڈ۔ کاربن مانو آکسائیڈ۔ گندھک کے مرکبات۔ پانی اور آرگینک مادے کے لطیف ذرات ہوا میں دخل پاتے ہیں + سرد مقامات میں کوئلے جلا کر اور مکان کو بند کر کے سونا اکثر کاربن مانو آکسائیڈ کی وجہ سے مہلک ثابت ہوا ہے +

(۳) سڑاند سے سلفیورٹیڈ ہائیڈروجن نامی زہریلی اور سوزش پیدا کرنے والی ہوائیں نباتاتی مادوں (پتے وغیرہ سبزیات) سے نکل کر

ہوا میں ملتی ہیں۔ اِس لئے جن مکانات میں رات کو سوتے ہوں۔ ان کے گرد سے ایسے مادوں کی صفائی ازبس لازمی ہے ۔ گڑھوں اور دلدلوں میں سڑنے والے مادوں سے سلفیوریٹیڈ ہائیڈروجن ظہور پکڑتی ہے۔ جس کے اندر سانس لینے سے زہریلی علامات نمودار ہو جاتی ہیں۔ چنانچہ ہوا کے سات ہزار میں ایک حصّے کی موجودگی خطرناک اور ہزار میں ایک یا دو حصّے چند منٹوں میں انسان کے لئے مہلک ثابت ہوتے ہیں اور جبکہ خفیف مقدار میں ہو۔ تو چکر آنا۔ سردردی اور عام طور پر کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ گندی نالیوں اور پرانے بند کنوؤں میں اُترنے سے جو موتیں واقع ہوتی ہیں۔ وہ اکثر ایسی ہی زہریلی ہواؤں میں سانس لینے کا نتیجہ ہوتی ہیں۔

(۴) گرد و غبار گرم ممالک میں خاص کر منبع غلاظت ہوتا ہے۔ چنانچہ خوردبین سے امتحان کرنے پر بازاری غبار میں مندرجہ ذیل اشیا پائی جاتی ہیں:۔ کوئلہ۔ روئی۔ چمڑے کے ذرّات۔ کیڑوں اور گھاس کے ٹکڑے۔ خشک بلغم اور خشک فضلات کے ذرّے اور ان تمام پر جا بیٹھنے والے جراثیم۔ اس لئے سورج کی دھوپ سے روشندان میں نظر آنے والے ذرات اکثر بارود کی طرح خطرناک ثابت ہوتے ہیں۔ لہٰذا حتے الامکان ایسی قابل نفرت اشیا سے محفوظ رہنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ فرش مکان اور کرسی۔ میز وغیرہ کی تر کپڑے سے صفائی کی جاوے اور بسترے وغیرہ کے کپڑے کمرے سے باہر جھاڑے جایا کریں۔

(۵) جراثیم بلحاظ تعداد اور اقسام کے ہوا میں مختلف صورتوں میں پائے جاتے ہیں۔ ان کا زیادہ تر انحصار بیرونی حالات مثلاً ہوا کی غلاظت۔ گرد و نواح کی نمی۔ وزن مخصوص۔ اور بہت سی موسمی اور

آب وہوا کی حالتوں پر ہوتا ہے۔ چنانچہ گرد و غبار والی ہوا میں نسبتاً زیادہ جراثیم پائے جاتے ہیں۔ اور سمندر پہاڑ اور کھلے جنگل میں کم۔ جیساکہ پیرس کے بازار کی ایک مکعب میٹر ہوا میں ۳۴۸۰۰ اور وہیں کے ایک باغیچہ میں ۵۵۸۰ اور اسی شہر کے شفاخانہ کے مریضوں کے کمرے میں ۷۹۰۰۰ جراثیم پائے گئے ہیں + بدبو کے ساتھ جراثیم کا براہ راست کوئی تعلق نہیں۔ اس لئے بدبو کی عدم موجودگی ہوا کی صفائی پر دلالت نہیں کرتی +. ہاں البتہ بخوبی مرطوب ہوا عموماً جراثیم سے خالی ہوتی ہے۔ چنانچہ بارش بھی ان کی تعداد کو کم کرتی ہے۔ نیز معمولی سانس کے باہر نکلنے پر بھی تقریباً اس میں معدوم ہوتے ہیں۔ گو کھانسنے چھینکنے اور زور سے بولنے پر اخراج پاتے ہیں + اسی اصول پر بیرونی ہوا کی نسبت غلاظت کی نالیوں میں کم پائے جاتے ہیں۔ اور تپ دق کے بلغم اور تپ محرقہ کے فضلے کے تازہ ہونے کی صورت میں ٹیوبرکل اور ٹائیفائیڈ بیسی لائی

---

۱ کسی گرم مقام کی آب وہوا میں مندرجہ ذیل امور قابل غور ہوتے ہیں :۔ (۱) حرارت (۶۸ سے ۸۰ درجہ تک ؟) (۲) موسم (بارش اور ہواؤں پر) (۳) کرہ بادی کا دباؤ (جو کہ تقریباً ایسا یکساں ہوتا ہے۔ کہ اس سے وقت بتایا جانا ممکن ہوتا ہے۔) (۴) ہوائیں (تجارتی اور ساکن) (۵) بارش (مانسوں شدت گرما کے فوراً بعد) (۶) طوفان (اکثر مرطوب علاقے میں) (۷) تیز دھوپ (جس کی روشنی اور گرمی کی تیزی کے ساتھ ہی کیمیائی اثر کی بھی تیزی ہوتی ہے) (۸) سطح سمندر سے بلندی (کیونکہ برف اور درختوں کی کثرت سردی کا باعث ہوتی ہے) (۹) تیز روشنی اور گرمی کے فزیولاجیکل نتائج۔ کیونکہ مرطوب گرمی میں رہنے سے تبادلۂ حرارت کی برداشت کے ناقابل ہونا۔ یا سورج سے بیرونی شعاعوں کے مضر صحت اثر سے نقصان اٹھانا وغیرہ بکثرت مشاہدہ میں آتے ہیں +

اپنے حلقے میں منددر ہتے ہیں + اپنے وزن کی وجہ سے اونچی جگہ چھت اور پہاڑ پر کم اور برخلاف ان کے نچلے طبقے کی ہوائیں زیادہ جیسے لنڈن میں کمرہ پارلیمنٹ کے مینار پر اپنی بنیاد کی نسبت تہائی پائے گئے + بلحاظ موسم کے کھلی ہوائیں تو گرمیوں میں زیادہ اور سردی میں کم۔ مگر گھروں اور شفاخانوں کی بند ہوائیں معاملہ برعکس ہے + ہوا کی حرکت۔ آندھی۔ بارش۔ سورج کی روشنی خصوصاً گرم ممالک میں جراثیم پر مہلک اثر رکھتی ہے + کمروں کی ہوا کی خاصیت عام دوران ہوا پر منحصر رہتی ہے۔ گویا نہ صرف تنفس پر بلکہ باشندگان کے غلیظ جسم و لباس یا مکان کی چھت دیواروں اور فرش کی قوت جاذبہ پر بھی ہوتی ہے + گو عام طور پر ہوا کے جراثیم انسانی صحت کیلئے غیر مضر اثر رکھتے ہیں۔ لیکن خاص صورتوں میں سڑاند پیدا کرنے والے زخموں میں پیپ پیدا کرنے والے آنتوں کے کیڑے اور خاص امراض مثلاً تپ دق و محرقہ کے جراثیم اور سوکھی گھاس کا بخار (ہے فیور) پیدا کرنے والا یا خاص قسم کے "مولڈز" وغیرہ بھی پائے جاتے ہیں +

## (۳) ہوا کو صاف کرنے کے قدرتی اسباب

(۱) بارش جس کے گرنے سے نہ صرف آرگینک مادے ہی دھوئے جاتے ہیں۔ بلکہ کئی مضر صحت ہوائیں بھی حل ہو جاتی ہیں (۲) سورج کی روشنی۔ جو ہوا کے جراثیم کو مارتی ہے اور نباتات کے عمل کی متحرک ہوتی ہے (۳) پودے۔ جو کہ کاربانک ایسڈ کو توڑ کر کاربن کھاتے اور آکسیجن چھوڑتے ہیں (۴) آندھی۔ جو کہ ہواؤں کو ایک جگہ سے اڑا کر دوسری جگہ لے جاتی اور ہوائی اجزا کو یکسانیت دیتی ہے (۵) ہواؤں کا وصف پراگندگی۔ جو کہ گراہم صاحب کے قانون کے بموجب اپنی کثافت کے جذر کی نسبت سے پھیلتی ہیں + چنانچہ وہ ہوائیں۔ بخارات آبی اور آرگینک مادے جو تنفس سے اخراج پاتے ہیں

اسی وصف کی بدولت ہوائیں کھیل کر رقیق ہوتے اور کم نقصان دہ رہ جاتے ہیں ۔ (۶) ہوائیں اختلاف حرارت یعنے گرم ہوا کا ہلکی ہو کر اُٹھ جانا اور سرد بھاری ہوا کا اس کی جگہ لینا ۔ چنانچہ اسی لئے چھت میں یا اس کے قریب سوراخ کی ضرورت ہوتی ہے ۔ ورنہ گندی ہوا سرد ہو کر پھر نیچے لوٹ کر دوبارہ تنفس کے لئے استعمال میں آویگی ۔

اسی عنوان میں قدرتی وینٹی لیشن (دوران ہوا) بھی آ جاتا ہے ۔ جو کہ آخر الذکر تین امور پر مبنی ہے :- (۱) آندھی جس کے عمل کے لئے مکان میں ایکدوسرے کے بالمقابل کافی کھڑیاں اور دروازے ہونے چاہئیں ۔ جن کی چکیں اور پردے رات بھر اُٹھائے رہنے چاہئیں (۲) ہواؤں کی پراگندگی ۔ پنکھا صرف ہوا کو ہلاتا ہے ۔ اس کی صفائی نہیں کرتا ۔ جب بیرونی ہوا گرم ہو ۔ تو خس خس کی ٹٹیوں کی بدولت سرد کر کے اندر لائی جا سکتی ہے ۔ لیکن بصورت دیگر بھی دروازوں کا کھلا رکھنا بہتر ہوتا ہے ۔ کیونکہ گرم ہوا بمقابلہ زہریلی ہوا کے کم نقصان کرتی ہے ۔

(۳) تفریق حرارت یعنے صاف اور تنفس سے خارج شدہ گندہ ہوا میں گرمی کا فرق موجود ہونے سے چھت کے روشندان کو کھلا رکھ کر فائدہ اٹھانا چاہئے ۔

## (۴) ہوا کی جگہ کی مقدار کتنی ضروری ہے ؟

اس کا انحصار مکان میں کام کرنے کی قسم پر ہے ۔ جیسے کارخانے میں رہائشی مکان کی نسبت زیادہ درکار ہوتی ہے ۔ مگر یوروپ میں عام طور پر کم از کم دس فٹ لمبی دس فٹ چوڑی اور دس فٹ بلند یعنے ایک ہزار مکعب فٹ کا مکان ایک شخص کے لئے ضروری سمجھا جاتا ہے ۔

اور اس صورت میں اسباب وغیرہ کی جگہ کو تفریق کر کے کمرے کی باقی ہوا کا ماپ کرنا چاہیئے + نیز لیمپ وغیرہ کے لئے علیحدہ حصّہ ہونا چاہیئے۔ کیونکہ کیروسین آئل یعنے مٹی کے تیل کا ہر ایک لیمپ سات آدمیوں کے برابر ہوا خراب کرتا ہے + گرجوں یا سکولوں وغیرہ میں اتنی جگہ ہر شخص کے لئے دینا ناممکن ہونے کی وجہ سے حتے الامکان دوران ہوا کھلا ہونا چاہیئے۔ شفاخانوں میں تو بالخصوص لیکن کارخانوں (فیکٹری میں کم از کم ۲۵۰ مکعب فٹ کا حکم ہے) دفتر اور دوکانوں میں بھی خاص توجہ کی ضرورت ہوتی ہے + خطرناک

ع۱ کسی کمرے کی مکعب جگہ نکالنے کے لئے اگر وہ سیدھی دیواروں والا کمرہ ہے۔ تو طول × عرض × بلندی = مکعب جگہ ہوگی + لیکن بیقاعدہ ہو۔ تو سادہ شکلوں میں تقسیم کر کے مندرجہ ذیل قاعدوں سے ان کی پیمایش کریں:۔ (۱) دائرے کا رقبہ = قطر کا مربع × ۰٫۷۸۵۴ (۲) دائرے کا محیط = قطر × ۳٫۱۴۱۶ (۳) بیضوی شکل کا رقبہ = دونو قطروں کی ضرب کا نتیجہ × ۰٫۷۸۵۴ (۴) بیضوی شکل کا محیط = دونو قطروں کا نصف × ۳٫۱۴۱۶ (۵) مربع کا رقبہ = ایک طرف کا مربع (۶) قائم الزاویہ کا رقبہ = دو قریبی اطراف کا حاصلضرب (۷) مثلث کا رقبہ = نچلا ضلع × نصف بلندی (۸) متوازی الاضلاع کا رقبہ = مساوی دو مثلث بنا کر دونو کے رقبے کا مجموعہ (۹) منحرف (جس کے دو مقابل ضلعے متوازی ہوں) کا رقبہ = متوازی اضلاع کی مقدار کا نصف × ان کا درمیانی سیدھا فاصلہ (۱۰) دائرے کے حصّے کا رقبہ = (قطر نما خط × بلندی × $\frac{۲}{۳}$) × $\frac{\text{بلندی}^۳}{\text{۲ قطر نما خط}}$ (۱۱) ٹھوس قائم الزاویہ شکل کا مکعب حصّہ = طول × عرض × بلندی (۱۲) ٹھوس مثلث کا مکعب = رقبہ × بلندی (۱۳) جسم ستون کا مکعب = جڑ کا دائرہ × بلندی (۱۴) مینار کا مکعب جسم = جڑ کا حلقہ × $\frac{۱}{۳}$ بلندی (۱۵) گنبد کا مکعب جسم = جڑ کا حلقہ × $\frac{۲}{۳}$ (۱۶) مدوّر کا مکعب جسم = قطر۳ × ۰٫۵۲۳۶ (۱۷) ہر ایک آدمی کے لئے ۳ مکعب فٹ اور ہر ایک بسترے اور آدمی کے لئے ۱۰ مکعب فٹ جگہ منہا کریں + نیز ہر شخص کے لئے کم از کم ۲۴ مربع انچ راستہ ہوا کی آمد کے لئے ہونا چاہیئے +

تجارت گاہوں مثلاً فاسفورس کے کارخانوں میں کم از کم چار سو مکعب فٹ
(۱۴ فٹ سے اوپر بلندی شمار نہیں کی جاتی) اور انجینیرنگ کے کام میں تو ۲۵۰۰
مکعب فٹ فی شخص رکھی جاتی ہے +

اسی سلسلے میں یہ بھی ظاہر کر دینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ وینٹی لیشن کے
نقطۂ نگاہ سے دس فٹ سے زیادہ بلندی مکعب جگہ بنانے میں شامل نہیں
کی جاتی۔ حالانکہ گرم ممالک میں کم از کم پندرہ فٹ کی بلندی پر چھت ڈالنی
چاہیئے +

چونکہ ہزار مکعب فٹ ہوا میں ۴/۱۰ مکعب فٹ کاربانک ایسڈ ہوتی ہے
اور ہر شخص ایک گھنٹے میں ع۱ ۶/۱۰ مکعب فٹ کاربانک ایسڈ خارج کرتا
ہے۔ اور ہوا کی صفائی اسی وقت تک سمجھی جاتی ہے۔ جبتک کہ اس میں
۶/۱۰ مکعب فٹ فی ہزار سے زیادہ نہ ہو۔ اس لیئے ہر شخص کے لئے
تین ہزار مکعب فٹ کی ہوا کی ضرورت ثابت ہے۔ گویا ہزار مکعب فٹ
کے کمرے میں کم از کم تین دفعہ فی گھنٹہ تبادلہ ہونا چاہیئے + اگرچہ گرم ممالک

---

ع۱ بعض کی رائے میں ۷/۱۰ مکعب فٹ خارج ہوتی ہے۔ جبکہ آدمی آرام کی حالت ہو۔
ہلکی ورزش میں ۹/۱۰ مکعب فٹ اور زور کی ورزش میں ۱۸/۱۰ مکعب فٹ کاربانک
ایسڈ فی گھنٹہ انسان سے اخراج پاتی ہے۔ اس لیئے ورزش ہمیشہ کھلی ہوا
میں کرنی چاہیئے + بعض ڈاکٹروں کی رائے ہے۔ کہ بند مکان میں بہت سے
آدمیوں کے جمع ہونے پر جو خراب نتائج ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ وہ کاربانک ایسڈ کی
زیادتی سے نہیں۔ بلکہ حرارت و رطوبت وغیرہ کے بڑھنے سے ہوتے ہیں۔ کیونکہ
اگر کمرے کی حرارت نیچے رکھی جائے۔ تو کوئی بڑا اثر نہیں ہوتا۔ لیکن حرارت و
رطوبت کے خاص حد سے بڑھ جانے پر فوراً سر درد۔ چکر آنا۔ غنودگی۔ سستی۔ جی
متلانا وغیرہ نمایاں ہو جاتے ہیں۔ گویا یہ علامات حرارت و رطوبت کے اخراج
نہ پانے کی وجہ سے ہوتی ہیں +

میں جگہ کسی قدر کم ہو۔ تو بھی چنداں مضائقہ نہیں۔ کیونکہ ہوا کا تبادلہ تین دفعہ فی گھنٹہ سے زیادہ دفعہ ممکن ہے۔ لیکن سرد ممالک میں زیادہ تبدیلی سے ہوا بہت ٹھنڈی ہو جاتی ہے۔ اس لئے جگہ کافی درکار ہوتی ہے +

**نوٹ:**۔ بالمقابل کھڑکیوں کے کھلنے پر ہوا کی حرکت ۳ فٹ فی سیکنڈ ہونے پر بھی ایک گھنٹے میں سو دفعہ تبادلہ ہو جاتا ہے +

## ۵۔ کمرے کے اندر ہوا داخل کرنیکے مصنوعی طریقے

(۱) بذریعہ خاص مشین کے کمرے میں تازہ ہوا کا دھکیلنا (۲) چمنی یا انگیٹھی وغیرہ جلاکر بذریعہ گرمی کے گندی ہوا کو کمرے سے نکالنا (جس مطلب کے لئے "ہون یگیہ" کی ہدایت کی گئی ہے) لیکن یہ خیال رہے۔ کہ اس کی جگہ پُر کرنے کے لئے جس راستے سے ہوا آتی ہے۔ اس کے نزدیک کسی قسم کی غلاظت نہ ہو۔

## ۶۔ گندی ہوا میں سانس لینے کے نقصان

ٹائیفس ڈفتھیریا۔ اری سپلس انفلوانیزا وغیرہ متعدی امراض کے مریضوں کا زیادہ تعداد میں ایک کمرے کے اندر جمع ہونا مدت سے مصیبت کا باعث سمجھا گیا ہے۔ کیونکہ وہاں کی ہوا نہ صرف مرض کو پھیلاتی ہی ہے۔ بلکہ اس کی تُندی کو بڑھاتی اور حصول صحت میں روکاوٹ بھی ڈالتی ہے + دیگر۔ دوران ہوا کے کافی ہونے سے تپ دق بہت کم ہو رہا ہے۔ جو کہ "سینے ٹوریم" کے علاج کی کامیابی کا مظہر ہے + تیسرے ہر ایک متعدی بیماری میں تنفس کے لئے ہوا کا دوبارہ استعمال ہونا اس کے زہریلے اثر کو ترقی دیتا ہے + چہارم۔ خراب ہوا میں رہنے والوں کو اگر مختلف امراض اور پیش از وقت موت کا شکار ہونا پڑتا ہے۔ تو صاف ہوا میں رہنے والے طویل العمر اور امراض سے محفوظ رہتے

ہیں + پنجم۔ گرم ممالک کے باشندوں کی صحت کی خرابی کا علاوہ بند مکانات میں رہنے کے مُنہ ڈھانک کر سونے پر بھی بہت کچھ انحصار ہے + چھٹے۔ ایسے پیشے بھی مضر ہوتے ہیں۔ جن میں بذریعہ تبخیر یا غبار کے پھیپھڑوں پر خراش (مکینیکل یا کیمیکل) ہوتی ہے۔ مثلاً سیسہ۔ پارہ اور فاسفورس وغیرہ کے کارخانوں یا کوئلہ و لوہے وغیرہ کی کانوں میں کام کرنے والوں کی حالت سے معلوم ہوتا ہے +

## میٹی اورالوجی (سائینس آف اٹیماسفیرک فامینا)

اٹیماسفیر یعنے کُرۂ بادی میں علاوہ ہوا کے چند دیگر اشیا بھی صحت پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ اس لئے عام واقفیت کے لئے ان کا بھی مختصر ذکر کرنا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ اور وہ مندرجہ ذیل ہیں :-

(۱) **حرارت**:- جس کے مختلف درجات کا علم حاصل کرنے کے لئے "تھرمامیٹر" نامی آواز کی ضرورت ہوتی ہے۔ جو کہ عام طور پر تو معمولی۔ لیکن خاص صورتوں میں "میکسی مم" اور "مینی مم" یعنے زیادہ سے زیادہ اور کم سے کم حرارت کے ظاہر کرنے والے استعمال کئے جاتے ہیں۔ ان میں سے "مینی مم" تھرمامیٹر تو "سپرٹ"[۱] سے تیار کیا جاتا ہے اور باقی دونو اکثر پارے کو شیشے کی ایک پتلی سی نلکی میں ڈال کر پانی کے منجمد ہونے اور اُبلنے کی حالت میں رکھ کر دو نشان کرتے اور بعدہٗ

---

[۱] ایک قسم کی شراب کا نام ہے + چونکہ پارہ فارن ہائیٹ کے نفی ۳۸ درجے پر منجمد ہوتا اور ۶۷۵ درجہ پر کھولتا ہے۔ اس لئے نچلے درجوں کی حرارت جاننے کے لئے الیکوہال کو پسند کیا جاتا ہے۔ کیونکہ یہ سردی کے ان درجوں پر نہیں جمتا۔ جہانتک کہ موجودہ علم پہنچتا ہے +

اُن کے درمیانی حصّے کو سو برابر درجوں میں تقسیم کرنے سے "سنٹی گریڈ" اور ایک سو اسّی درجات میں تقسیم کرنے سے "فارن ہائیٹ" کے نام سے موسوم کئے جاتے ہیں۔ مگر فارن ہائیٹ میں مذکورہ تقسیم کے برابر بتیس درجات تک اور نیچے نشان بنائے جاتے ہیں +

چونکہ گرم ہوا میں جسم کو حرارت اندرونی کی کم ضرورت ہوتی ہے۔ جس کی وجہ سے غذا بھی کم کھائی جاتی ہے۔ گویا گرمی پیدا کرنے والے اعضا پر کام کا زور کم پڑتا ہے۔ اور ساختوں میں تبدیلی کم واقع ہوتی ہے۔ اس لئے کمزوری رونما ہوتی ہے + مگر سردی کا اثر بمقابلہ گرم ہوا کے بالکل برعکس ہوتا ہے۔ یعنے غذا کی زیادہ ضرورت اور ساختوں میں تبادلے کی کثرت کے باعث جسمانی اور دماغی طاقت بکثرت ظہور پذیر ہوتی ہے + عام طور پر ۵۵ سے ۷۰ درجہ فارن ہائیٹ تک کی حرارت والے مقامات صحت پر اچھا اثر رکھتے ہیں +

کسی جگہ کی اصلی حرارت مندرجہ ذیل امور پر منحصر ہوتی ہے:۔
(۱) خطِ استوا سے دُوری (۲) سطح سمندر سے بلندی (۳) سمندر سے دُوری یا خشکی اور تری کی نسبت (۴) وضع قیام (موقع کا کھُلا یا بند ہونا) (۵) سطح زمین کی خاصیت + دن اور رات کی حرارت کا اختلاف سطح سمندر سے بلندی اور ساحل کی نزدیکی پر مبنی ہوتا ہے + سالانہ حرارت کا اختلاف جہاں ایک طرف سطح سمندر کے نزدیک گرم ممالک میں تقریباً ۴ درجہ فارن ہائیٹ ہوتا ہے۔ وہاں دوسری طرف قطبین کے نزدیکی ممالک کے اندرونی حصّوں میں ۱۱۰ درجہ فارن ہائیٹ یا اس سے بھی زیادہ ہوتا ہے۔ اس لئے اس کا انحصار بالخصوص چار امور پر ہے:۔ (۱) خط استوا سے فاصلہ (۲) سمندر سے فاصلہ (۳) بلندی (۴) متحرک ہوائیں + گرمیوں میں سمندر کے کنارے کی ہوا متحرک سرد اور مرطوب ہوتی ہے۔ حالانکہ اندرونی علاقے میں ناقابل برداشت

گرم۔ ساکن اور خشک ہوتی ہے۔ نیز چونکہ زمین کی نسبت پانی کی حرارت مخصوص زیادہ ہوتی ہے۔ اس لئے یہ گرم بھی آہستہ آہستہ ہوتا ہے۔ اور اپنی گرمی کو چھوڑتا بھی آہستہ آہستہ ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ سمندری جزیروں میں بمقابلہ اندرونی ممالک کے ہوا کی حرارت زیادہ تر یکساں ہوتی ہے۔ اور اس میں دن رات اور سردی گرمی میں بہت کم فرق نمایاں ہوتا ہے + دن کو سمندر سے خشکی کی طرف اور رات کو خشکی سے سمندر کی طرف ہوا کا جانا بھی اسی اصول پر مبنی ہے + علاوہ ازیں چونکہ سمندری ہوا جراثیم اور غبار سے پاک اور نسبتاً زیادہ "اوزون" رکھتی ہے۔ اس لئے پھیپھڑے کے امراض میں خاص طور پر مفید ہوتی ہے۔ گویا پاکیزہ مرطوب اور یکساں حرارت والی ہونا اس کے خاص اوصاف ہیں +

بلحاظ بلندی کے ہر تین سو فٹ چڑھنے پر تقریباً ایک درجہ فارن ہائیٹ حرارت کم ہوتی ہے :۔ نیز کرّہ بادی کا دباؤ کم اور ہوا لطیف ہوتی ہے + میدانوں کی نسبت پہاڑی ہواہیں یہ خاص فرق ہوتے ہیں :۔ (۱) ہوا کی حرکت زیادہ (۲) رطوبت کم (۳) سورج کی روشنی زیادہ (۴) ہوا میں معلّق مادوں (معدنی یا آرگینک) کی کمی (۵) اوزون کی زیادہ مقدار (۶) حرارت کی کمی + علاوہ ازیں چونکہ زمین سورج کی گرمی سے جلد تپ جاتی ہے۔ لہٰذا گرمیوں میں دن گرم اور حرارت کے جلد نکل جانے کی وجہ سے رات یکایک ٹھنڈی ہو جاتی ہے +

اگرچہ ایک مکعب فٹ خشک ہوا میں جو ۳۲ درجہ فارن ہائیٹ پر سطح سمندر کے پاس (جہانکہ "بیرامیٹر" کا پارہ ۳۰ انچ پر ہو) ۱۳۰.۴ گرین آکسیجن ہوتی ہے۔ وہ بلندی پر جاکر (جہانکہ "بیرامیٹر" ۲۰ انچ پر ہو۔) ۱۳۰.۴ کا $\frac{20}{30}$ یعنے ۸۶.۹ گرین رہ جاتی ہے۔ یعنے دباؤ کی کمی کے ساتھ آکسیجن کا وزن فی مکعب فٹ بھی کم ہو جاتا ہے۔ لیکن چونکہ تنفس تعداد میں زیادہ اور گہرا ہوتا ہے۔ جس سے چھاتی کا حجم ہر طرف سے

بڑھتا اور سکڑنے پھیلنے کی طاقت زیادہ ہو جاتی ہے۔ اس لئے خون میں آکسیجن زیادہ ملتی ہے۔ نیز دل کا فعل تیز ہوتا ہے۔ اور سردی اور ہوا کی خشکی کے باعث ساختوں کی تبدیلی زیادہ ہوتی ہے۔ جس سے قوت ہاضمہ و جاذبہ وغیرہ بمعہ جسمانی طاقت کے بڑھتی ہیں + یہی وجوہات ہیں۔ کہ تپ دق کے مریضوں کے لئے پہاڑی ہوا پسند کی گئی ہے۔ اور جہاں کہ وہ کھانسی اور دیگر علامت کی کمی کی صورت میں بہت فائدہ اُٹھاتے ہیں۔ کیونکہ ان علامات کے سرد ہوا سے بڑھ جانے کا امکان ہوتا ہے +

## (۲) یبوست (خشکی)

ہوا کی نمی جانچنے کے لئے "ہائیگرومیٹر" نامی آلہ استعمال کیا جاتا ہے۔ جس میں دو تھرمامیٹر شامل ہوتے ہیں۔ ایک کا پارے والا سرا (بلب) تر اور دُوسرے کا خشک رکھا جاتا ہے۔ کیونکہ اگر ہوا کے بالکل "سیچوریٹیڈ" یعنے مرطوب ہونے پر دونو میں یکساں درجے کی حرارت معلوم ہوگی۔ تو دوسری صورت میں تر بلب سے آبی بخارات اُڑنے کے باعث اس کی حرارت کم ہو جائیگی۔ اور اس مقام تک گر یگی۔ جو کہ ہوا کی حرارت اور اس نقطے (Saturation Temperature) کے درمیان ہوگا۔ جو کہ ہوا کی سیچوریٹیڈ حالت میں ہوتا + (بلب کے تر رکھنے کے لئے پانی مقطر اور ململ صاف اور پتلی ہونے کے علاوہ تری کا سلسلہ برابر جاری رہنا چاہیئے) اس لئے ہوا کی تری گویا دو قسم کی ہوتی ہے (۱) مکمل (ایبسولیوٹ) جو کہ ہوا کی "سیچوریشن" کی حالت میں نمایاں ہوتی ہے۔ اور جس صورت میں خفیف سی حرارت کے کم ہونے پر بھی قطرے بننے لگ جاتے ہیں (۲) نسبتی (ریلیٹو) جو کہ "سیچوریشن" کے نقطۂ نگاہ سے بیان کی جاتی ہے۔ اس کے جاننے کے لئے آبی بخارات کی "سیچوریشن کی حرارت کے وقت" کی "قوت ایلاسٹک" (لچیلی) کو ہوا کی حرارت کے وقت" کی "قوتِ ایلاسٹک" پر تقسیم کر کے سو سے ضرب د۔

مثلاً خشک بلب کی حرارت ۶۲ درجہ فارن ہائیٹ پر ہے۔ اور تر بلب کی ۵۶ درجہ فارن ہائیٹ پر۔ اس لئے سیچوریشن کا نقطہ = ۶۲ - {(۶۲-۵۶) × ۲٫۱۸۶} = ۴۸٫۰۵۰ چونکہ ۶۲ درجہ پر آبی بخارات کی تناوٹ (گلیشرز ٹیبل کے بموجب) پارے کے ایک انچ کا $\frac{۵۵۶}{۱۰۰۰}$ ہے اور ۴۸٫۰۵ درجہ فارن ہائیٹ پر $\frac{۳۷۲}{۱۰۰۰}$ انچہ ہے اس لئے نسبتی نمی $\frac{۳۷۲}{۵۵۶}$ × ۱۰۰ = ۶۶٫۹ فیصدی "سیچوریشن" کے ہوئی ؎

چونکہ ہوا کی زیادہ مرطوبیت جلد اور پھیپھڑوں سے بہت کم بخارات اُڑنے دیتی ہے۔ اور ہوا کے گرم تر ہونے کی صورت میں تبخیر نہ ہونے کی وجہ سے جسمانی گرمی رُکی رہتی ہے۔ اس لئے گرمی کے نتائج ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ یعنے خون اپنی صحیح حرارت پر بمشکل رہ سکتا ہے + نیز ہوا کی نمی زمین سے بھی گرمی کے اخراج کو روکتی ہے۔ اس لئے اس کے نتائج سے بھی انسان پر اثر انداز ہوتی ہے ؎ چونکہ زیادہ گرم ہوا میں جسمانی حرارت کا اخراج پسینے اور تنفس کی تبخیر کے ذریعے اور سرد ہوا میں اخراج حرارت بذریعہ "ریڈی ایشن" یعنے باہر کو اُڑنے کی صورت میں ہوتا ہے۔ اس لئے گرم مرطوب ہوا میں اگر امراض شکم کی طرف میلان ہو جاتا ہے۔ تو سرد تر ہوا سے امراض سینہ یا سوزشی بیماریاں ظہور پذیر ہوتی ہیں + تندرست اصحاب کے لئے ہوا کی نمی سیچوریشن کی ۷۵ فیصدی تک خوشگوار ہوتی ہے۔ لیکن یہ ہوا میں گھڑی گھڑی دن دن اور موسم موسم میں تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ عموماً رات کو اور بارش میں زیادہ ہو جاتی ہے۔ حتےٰ کہ سیچوریشن کے قریب پہنچ جاتی ہے۔ اور گرم خشک ہوا ایک دو گھنٹے میں ۹۰ درجے سے ۴۰ درجے تک گرا دیتی ہے۔ اِس لئے ۲۵ فیصدی ہونے پر بہت نچلے درجے کی۔ ۵۵ درجے سے کم ہونے پر نچلے درجے کی۔ ۵۵ سے ۷۵ فیصدی کے درمیان معتدل اور ۸۵ سے اوپر زیادہ کہی جاتی ہے +

## ۳- بارش

اس کی مقدار "رین گاج" نامی اوزار سے جانی جاتی ہے۔ جوکہ ایک "فنل" (قیف جس کا بالائی سرا بالکل گول اور چھ انچ گھیرے گول کنارے میں جمانا ٹھیک ہوتا ہے۔) کو بوتل میں لگانے سے تیار ہوتا ہے۔ فنل کا بالائی حلقہ پچاس مربع انچ ہوتے سے ایک گلاس میں پچاس مکعب انچ پانی ڈال کر نشان لگاتے ہیں۔ جہانتک پُر ہونے سے ایک انچہ بارش سمجھی جاتی ہے + پھر اس کو سو حصّوں میں منقسم کرکے $\frac{1}{100}$ انچ کے نشانات لگا دیتے ہیں۔ اور ہر صبح نو بجے بوتل میں سے پانی لے کر گلاس سے ناپ کر رجسٹر میں درج کر لیتے ہیں + برف کو خاص مقدار گرم پانی میں ڈال کر حل کرتے اور پھر گرم پانی کی مقدار کو منہا کر کے باقی کو لکھ لیتے ہیں +

گرم ممالک میں موسمی تبدیلی کا زیادہ تر انحصار بارش ہی پر ہوتا ہے۔ لیکن اس کی سالانہ اوسط مقدار ہندوستان کے مختلف مقامات میں بہت اختلاف رکھتی ہے۔ مثلاً سندھ میں پانچ انچ۔ ساحل مالابار پر ۱۲۰ انچ۔ مہابلیشور پر ۲۵۳ انچ۔ چیراپونجی اور کھسیا پہاڑیوں و آسام پر ۶۰۰ انچ بارش ہوتی ہے + اس کا رطوبتِ ہوائی سے براہ راست کوئی تعلق نہیں۔ جیسے کراچی میں باوجود ہوا نہایت مرطوب ہونے کے بھی بارش صرف سات انچ سالانہ ہوتی ہے + عام طور پر خط استوا اور سمندر کے نزدیک خصوصاً پہاڑی مقامات پر بارش زیادہ ہوتی ہے۔ لیکن کراچی جیسے مقامات مستثنیات سے بھی ہیں + نیز گو سمندر سے دور کے پہاڑوں پر بارش کم ہوتی ہے۔ کیونکہ وہاں پہنچنے سے پہلے ہی ختم ہو جاتی ہے۔ لیکن مرطوب ہوائیں پہاڑ کی مغربی جانب نمی ضرور رکھتی ہیں۔ درانحالیکہ مشرقی جانب مقابلتہً خشک اور سرد ہوتی ہے + علاوہ ازیں گردونواح کی زمین کی حرارت کی نسبت کم گرم ہونے سے اونچے جنگلات بھی بارش کی کثرت کا باعث ہوتے ہیں +

بارش کم ہونے پر ہوا گرم اور خشک اور موسمی حرارت بہت اونچی رہتی ہے برخلاف اس کے زیادہ ہونے پر کرۂ بادی کو صاف کرنا مفید مگر کھلی ہوا میں ورزش کے لئے وقت نہ دینا مضر اثر رکھتا ہے ۔

**دھند**:۔ یہ معلق مادوں کی کمی اور بخارات کی زیادتی سے "تر" اور دھوئیں و غبار وغیرہ معلق مادوں کی زیادتی سے "خشک" ہوتی ہے اس کی بدولت جو اموات میں کثرت ہوتی ہے۔ اس کا باعث دھوپ کے سدراہ ہونے اور حرارت کی یک لخت کمی کے علاوہ اسکی غلاظتوں کا خراش کرنے والا اثر بھی بیان کیا گیا ہے ۔ برفباری علاوہ کرۂ بادی کی صفائی کے ہوا کو زمین کے گرد و غبار اور غلاظتوں سے بھی پاک رکھتی ہے۔ اگرچہ برف پگھلنے کے وقت زکام وغیرہ کا ہو جانا ممکن ہے لیکن یہ زمین کو گرمی سے محفوظ رکھنے کی وجہ سے مقامی ہوا کی لہروں کو روکتی اور سورج کی گرمی کو انعکاس کی وجہ سے زیادہ کرتی ہے ۔

## (۴) کرۂ بادی کا دباؤ

اس کے لئے "بیرامیٹر" نامی آلہ استعمال ہوتا ہے ۔ چونکہ ہوا کا بوجھ سطح سمندر پر پارے کا کالم (ستون) سات سو ساٹھ ملی میٹر یعنے ۲۹،۹۲ انچ بلندی تک۔ گلیسرین کا ۳۲۴ انچ۔ اور پانی کا ۳۴ فٹ بلندی تک قائم کرتا ہے۔ اس لئے آسانی کی غرض سے پارے کو ہی کام میں لایا جاتا ہے۔ چنانچہ ۳۴ انچ شیشے کی نالی لے کر ۱۳،۵۹ درجے کے وزن مخصوص والا پارہ اس میں بھر کر اُلٹی کر دیتے ہیں۔ اور تیس نشان لگا دیتے ہیں۔ جن کے بیچ میں اور دس دس بار یک لکیریں بنا دیتے ہیں ۔ چونکہ نو سو فٹ کی بلندی پر جانے سے ایک انچ پارہ نیچے گر جاتا ہے۔ اس لئے اس کی بدولت ہر جگہ کی بلندی بآسانی دریافت کی جا سکتی ہے۔ مثلاً پہاڑ کی جڑ میں تیس انچ پر اور اس کی چوٹی پر جا کر ۲۶ درجے پر پارہ معلوم ہو۔ تو اس پہاڑ کی

بلندی ۳۶۰۰ فٹ ہوگی۔ نیز اس سے بارش کی آمد کا بھی پتہ لگ جاتا ہے۔ کیونکہ خشک ہوا کا ۳۲ درجے فارن ہائیٹ پر تیس انچ پارے کی موجودگی میں ۵۶۶٫۸۵ گرین بوجھ ہوتا ہے۔ چونکہ ہوا اپنے حجم سے $\frac{1}{491}$ حصہ ہر درجہ فارن ہائیٹ کی حرارت بڑھنے پر پھیل جاتی ہے۔ اس لئے ۶۰ درجہ فارن ہائیٹ پر $\{1 + \frac{1}{491} \times (60 - 32)\} = 1.057$ مکعب فٹ ہوئی۔ اور حجم کے بڑھنے سے وزن کا کم ہونا لازمی ہے اسلئے $\{\frac{566.85}{1.057}\}$ ۵۳۶٫۲۸ گرین اس ہوا کا بوجھ ہوگا۔ چونکہ ۶۰ درجہ فارن ہائیٹ پر آبی بخارات کے ایک مکعب فٹ کا ۵٫۷۷ گرین وزن ہوتا ہے۔ اس لئے دونو کا ملا کر (۵۳۶٫۲۸ + ۵٫۷۷ = ۵۴۲٫۰۵) گرین وزن ہوا۔ لیکن خشک ہوا رطوبت کو لے کر پھیلتی ہے۔ اور ۶۰ درجہ فارن ہائیٹ پر ایک مکعب فٹ "سیچوریٹیڈ" (زیادہ سے زیادہ مرطوب) ہوا کا بوجھ ۵۳۲٫۲۴ گرین یعنے اسی حجم کی خشک ہوا سے ۴٫۰۴ گرین کم ہوتا ہے۔ کیونکہ اصلی خشک ہوا کا مکعب فٹ اس وقت ایک فٹ سے زیادہ ہے۔ اس لئے جب رطوبت ہوا میں بڑھ جاتی ہے۔ اور بارش کا ہونا قریب ہوتا ہے۔ تو "بیرامیٹر" کا پارہ اپنی جگہ سے یکدم نیچے گر جاتا ہے۔

جس طرح پہاڑوں پر رہنے والے اصحاب کرۂ بادی کے دباؤ کی کمی میں رہتے ہیں۔ ویسے ہی کانوں میں کام کرنے والوں اور غوطہ خوروں کو اس کے دباؤ کی زیادتی میں رہنا ہوتا ہے۔ گو ہر دو جگہ کے نتائج ایک دوسرے سے بالکل برعکس ہوتے ہیں۔ لیکن انسان میں بیرونی حالات کے بموجب موزونیت حاصل کر لینے کا ایسا زبردست مادہ ہے۔ کہ آہستہ آہستہ عادی ہونے پر ہر جگہ باسانی کام لیتا ہے۔ لیکن آخر دوسری حالتوں کی طرح اس کی بھی خاص حد ہوتی ہے۔ اس لئے دریاؤں میں ٹیلوں کی بنیاد رکھنے یا پانی کے اندر نلوں کو لگاتے وقت جب نہایت ہی زیادہ ہوائی دباؤ میں آنا پڑتا ہے۔ تو اس کے

نتائج (Caisson disease) کے نام سے موسوم ہوتے ہیں جس کی علامات یہ ہوتی ہیں :- (۱) کانوں میں ناخوشگوار احساس یا سخت درد جو کہ بلاشبہ "ٹمپےنم" نامی پردے کے اندر دب جانے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ جس کے پھٹنے سے بہرہ پن بھی ہو جاتا ہے + یہ علامات سر درد یا "سور تھروٹ" (گلے کے اندر سوزش) کی موجودگی میں اور بھی نمایاں ہوتی ہیں (۲) عصبی اور عضلاتی درد (۳) چکر آنا اور گرنا (۴) ٹانگوں کندھوں اور بازوؤں میں سخت درد (۵) ٹانگوں میں کمزوری گا ہے فالج تک۔ (۶) نکسیر (۷) جلدی خارش (۸) پھیپھڑے سے خون آنا (۹) معدہ میں درد گاہے متلی اور قے (۱۰) گاہے بیہوشی (۱۱) خون کے دباؤ کا بڑھ جانا + لیکن یہ علامات چونکہ زیادہ دباؤ کی حالت میں نہیں۔ بلکہ واپس اصلی حالت پر آنے سے نمودار ہوتی ہیں۔ اس لئے بجائے اندرونی اعضاء کے "مکینیکل کنجیشن" (کیونکہ بعض صورتوں میں بعد از مرگ امتحان پر دماغ کے پردے خون سے پُر نظر آتے ہیں) یا "کاربن ڈائی اکسائیڈ" کی زہر ہونے کے (جو کہ دباؤ کے اندر رہنے پر نمایاں ہونی چاہیئے۔) یہ "تھیوری" زیادہ مقبول عام ہے۔ کہ ہوا کے دباؤ کی صورت میں خون سے "نائٹروجن گیس" زیادہ حل ہو جاتی ہے۔ اور دباؤ کم ہونے پر وہ چھوڑی جاتی ہے۔ اس لئے اس وقت غالباً "گیس ایمبولائی" بن کر ان علامات کا باعث ہوتے ہیں + کیونکہ پھر دباؤ میں لے جانے سے یہ علامات کم ہو جاتی ہیں۔ اور اگر آہستہ آہستہ (۵ لہ منٹ میں) دباؤ کم کیا جائے۔ تو نہیں ہوتیں + اسی لئے اس امر کی خاص ہدایات کی جاتی ہیں۔ کہ دباؤ کم کرنے میں ہر پانچ پونڈ میں ایک منٹ خرچ کریں۔ اور اگر دباؤ ۲۵ پونڈ سے زیادہ ہو۔ تو چار گھنٹے اور پچاس پونڈ ہونے پر ۲ گھنٹے سے زیادہ وقت اس میں نہیں رہنا چاہیئے۔ نیز شرابی اور مریض جو کہ زیادہ اثر پذیر ہوتے ہیں۔ ایسے کام میں نہیں لگانے چاہیئیں

اور اُس آہنی گھر کی ہوا کی صفائی کے لئے جس میں کہ کام کرنے والا بیٹھ کر دریا میں اُترتا ہے۔ بجلی کی روشنی لازمی سمجھیں۔ وغیرہ وغیرہ ÷ ہوائی دباؤ کی کمی میں (" ویروگا پیرُو ویانا ") نامی بیماری ہوتی ہے۔ جو کہ ۲۵۰۰ فٹ کی بلندی سے اوپر ہی ملتی ہے ÷ سات ہزار " میٹر " (۳۹ انچ کا پیمانہ) کی بلندی پر غش اور آٹھ ہزار " میٹر " کی بلندی پر بیہوشی ہو جاتی ہے ÷

## (۵) آندھیاں یا تیز رفتار ہوائیں

ان کی تیزی اور دباؤ جانچنے کے لئے " اینمومیٹر " نامی آلہ استعمال کیا جاتا ہے۔ جس کا بالائی حصّہ ہوا کی حرکت سے چکّر لگاتا ہے۔ اور اس کا نتیجہ زیرین حصّے میں گھڑی کے وقت کی طرح سُوئی کے گھومنے سے معلوم ہوتا ہے ÷ اگرچہ ہوا کی اوسط رفتار ۶ سے ۸ میل فی گھنٹہ ہے۔ لیکن اس کی ہلکی رفتار ۱۳ میل فی گھنٹہ۔ معتدل ۲۳ میل تیز ۴۳ میل اور طوفانی ۶۵ میل فی گھنٹہ بیان کی گئی ہے ÷ ہوا کی حرکت کا اصلی باعث گرمی ہے۔ چنانچہ سخت گرمی پڑنے سے جب سطح گرم ہو جاتی ہے۔ تو اس کے نزدیک کی ہوا گرم ہو کر ہلکی ہو جاتی ہے۔ اور ارد گرد کی ہوا کے اس کی جگہ لیتے وقت ہلکی ہوا " بیرومیٹرک " ہلکے پن کے مرکز کی طرف لہراتی ہوئی چڑھتی ہے۔ جس کے ساتھ گرد و غبار شامل ہونے سے بگولے نظر آتے ہیں ÷ چونکہ زمین کا محیط خط استوا پر ۲۴۹۰۰ میل ہے۔ جس کو کمہار کے چاک کی طرح ۲۴ گھنٹے میں ایک دفعہ ضرور گردش کرنی پڑتی ہے۔ اس لئے خط استوا کے ایک مقام پر خصوصاً زمین کی رفتار ۱۰۴۰ میل فی گھنٹہ ہونی چاہئیے۔ اور اس سے تیس درجے کی دوری پر محیط کی کمی کی وجہ سے ۹۰۰ میل فی گھنٹہ ہوتی ہے۔ ۶۰ درجے کے فاصلے پر ۵۲۰ میل۔ جتنے کہ

قطبین پر بالکل سکون ہوتا ہے + اسی طرح مختلف مقامات پر مختلف رفتار سے کرۂ بادی بھی مغرب سے مشرق کو چلتا رہتا ہے۔ جس کے نتیجے میں ہوا کی لہریں جو کہ خط استوا سے قطبین کی طرف جاتی ہیں۔ اپنی باقاعدہ گردش کی حرکت کو تیزی میں ہی رکھنے کی طرف میلان رکھتی ہیں۔ جو تیزی کہ ان کو خط استوا کی نزدیکی پر ملتی ہے۔ اور اونچی بلندی کی طرف جاتی ہوئی شمالی نصف کرّے میں جنوب مغربی ہو جاتی ہیں۔ اور ادھر سے واپس آتی ہوئی (تجارتی ہوائیں) شمال مشرقی پر تیب ہوتی ہیں +

اگرچہ متحرک ہوائیں بعض صورتوں میں مرض پھیلانے کا باعث بھی ہوتی ہیں۔ لیکن عام طور پر دوسرے دُور کے طبقات کی ہوا لاکر حرارت رطوبت اور کرۂ بادی کے دباؤ میں فوری تبدیلی اور ہوا کو صاف کرنے کا کام کرتی ہیں + جسم پر براہِ راست ان کا اثر گرمی اور خشکی کے کم و بیش ہونے کا ہوتا ہے۔ چنانچہ عام طور پر جنوب مغربی ہوائیں گرم اور مرطوب ہونے سے کمزور کرتی ہیں۔ اور شمال مشرقی سرد خشک ہوائیں مفرّح ہوتی ہیں + لیکن حد سے زیادہ سرد اور خشک ہوائیں علاوہ تبخیر کے جسمانی حرارت کو بھی اُڑا لے جاتی ہیں۔ جس سے جلد سرد ہونے سے خشک اور پھٹی سی ہو جاتی ہے۔ اور پھیپھڑے "اری ٹیٹڈ" (خراش دار) ہو جاتے ہیں + گرم خشک ہوا چونکہ تبخیر زیادہ کرتی ہے۔ اس لئے بارشی ہوائیں (مانسون) جو ہمالیہ پر سینکڑوں انچ بارش کا باعث ہوتی ہیں۔ افریقہ کے صحراءِ اعظم کی گرم خشک ہوا کی بدولت ایک قطرہ تک نہیں گرا سکتیں +

## (۶) تبخیر کی مقدار اور نسبت

یہ "اٹمامیٹر" نامی آلے سے جانی جاتی ہے چونکہ ہوا کی زیادہ حرارت

زیادہ بخارات کو اُٹھا سکتی ہے۔ جیسا کہ نقشہ ذیل سے روشن ہے

| | | |
|---|---|---|
| ۳۰ درجہ فارن ہائیٹ پر ۲ گرین | ۶۶ درجہ فارن ہائیٹ پر ۷ گرین | ۸۳ درجہ فارن ہائیٹ پر ۱۲ گرین |
| ۴۱ درجہ " ۳ گرین | ۷۰ درجہ " ۸ گرین | ۸۶ درجہ " ۱۳ گرین |
| ۴۹ درجہ " ۴ گرین | ۷۴ درجہ " ۹ گرین | ۸۸ درجہ " ۱۴ گرین |
| ۵۶ درجہ " ۵ گرین | ۷۷ درجہ " ۱۰ گرین | |
| ۶۱ درجہ " ۶ گرین | ۸۰ درجہ " ۱۱ گرین | |

اس لئے جب گرم ہوا رطوبت سے بھری ہونے پر سرد ہو جاتی ہے۔ تو اپنے درجے سے زیادہ بخارات کو بارش یا شبنم کی صورت میں گرا دیتی ہے + اوپر کے نقشے سے ظاہر ہوگا۔ کہ خشک ہوا کا ایک مکعب فٹ کتنے گرین بخارات سے مختلف درجات کی گرمی پر "سیچوریٹ" ہوتا ہے :-

## (۷) دُھوپ اور روشنی

ان کی تیزی کے درجات کا علم حاصل کرنے کے لئے "سن شائن ریکارڈر" اور "سن لائیٹ ریکارڈر" نامی آلہ جات استعمال میں لائے جاتے ہیں۔ جن میں "نائٹریٹ آف سیلور" وغیرہ کئی قسم کی اشیاء سے مدد لی جاتی ہے + مفصل ذکر کرنے میں زیادہ پیچیدگی امر مانع ہے + دھوپ میں چونکہ گرمی۔ روشنی اور کیمیائی تین قسم کی شعاعیں ہوتی ہیں۔ اس لئے جلد آنکھوں اور دماغ پر ان کے اثر بھی مختلف صورتوں میں ہی دیکھے جاتے ہیں + بعض اصحاب کی رائے میں اہل ہند کی کالی صورت اور تموگنی[۱] سیرت اگر ان شعاعوں کے لگاتار اثر کا نتیجہ ہے تو دوسری

[۱] جس کا اظہار بالخصوص "باہمی نا اتفاقی" کی صورت میں دیکھا جاتا ہے۔ کیونکہ ممکن

طرف انگریز حاکموں کا ہندوستانی رعایا سے سلوک کرتے وقت آپے سے باہر ہو جانے والا غصہ بھی خلاف عادت ان شعاعوں کے زیر اثر آنے کا ہی مظہر ہے +

## (۸) کُرّۂ بادی کی بجلی

اس کے لیئے ایک انچ قطر کی لوہے کی سلاخیں تانبہ کی نوک والی جن کا ایک سرا زمین میں دبایا جاتا ہے۔ عمارت کے معدنی نلکوں سے فاصلے پر لگائی جاتی ہیں + یہ بجلی تر موسم میں "منفی" اور صاف موسم میں "مثبت" ہوتی ہے + یہ مندرجہ ذیل اشیاء سے ظہور پکڑتی ہے :- (۱) نباتات (۲) نمکین پانیوں کی تبخیر (۳) غیر مساوی حرارت کی وجہ سے کُرّۂ بادی کی رگڑ (۴) سطح زمین پر مختلف اشیا کا جلنا (جس سے مُثبت بجلی کا اخراج ہوتا ہے۔) نباتات علاوہ تبخیر کے مُثبت بجلی کے ساتھ کاربانک ایسڈ کے توڑنے اور آکسیجن کے چھوڑنے سے بھی اس کی پیدائش کا باعث ہوتے ہیں جب دو مختلف قسم کی برقی طاقت والے بادل ایک دوسرے سے ملتے ہیں۔ تو کڑک پیدا ہوتی ہے۔ اور بجلی کے ملنے سے تیز گرمی کا پیدا ہونا روشنی کا باعث ہوتا ہے :. کڑک غالباً گرمی سے ہوا کے یکلخت پھیلنے اور خالی جگہ کو پھر فوراً پُر کرنے سے پیدا ہوتی ہے + اہل امریکہ کے "برقی تجربات" پیداوار میں ترقی کرنے اور طلباء کے حافظے وغیرہ قواء دماغی کے بڑھانے سے اس امر کے شاہد ہیں۔ کہ کرۂ بادی میں بجلی کی رَو گزرنے سے نہ صرف نباتات ہی مؤثر ہوتے ہیں۔ بلکہ

بقیہ حاشیہ صفحہ ۶۵ - ہے۔ لگاتار گرمی اور کیمیائی شعاعیں اعلیٰ مرکزوں کے اختیار کو ادنیٰ مرکزوں پر کم کرکے گرم ممالک میں اکثر جذبات کے بھڑکنے اور حملہ کرنے کا باعث ہوتے ہوں +

۲ برقی طاقت سے ہوا میں نائٹرک ایسڈ بڑھ کر "لینس" کو بھی خراب کر دیتی ہے +

انسان بھی اس کے زیر اثر خاص قسم کی تبدیلیوں میں سے گزرتا ہے ÷ اور بجلی پڑنے سے انسان کا مرنا تو اظہر من الشمس ہے ÷

## سطح زمین اور مکان

چونکہ ہوا کے اچھے برے اثر میں مذکورہ بالا امور کے علاوہ سطح زمین اور مکان کی بناوٹ زیادہ تر حصہ لیتی ہیں۔ اس لئے ان کے متعلق بھی مختصر ذکر یہیں کر دیا جاتا ہے :۔

چونکہ مکان کا اصلی مدعا گرمی سردی بارش آندھی اور گرد وغیرہ کی تکالیف سے محفوظ رہنا ہوتا ہے۔ اس لئے اس کے بناتے وقت ہمیشہ صحت بخش اور آرام دہ ہونے کے مقابلے میں خوشنمائی کو دوسرا درجہ دینا چاہیئے ÷ چنانچہ ایسے موقع پر تین امور (تہ زمین۔ دیواریں چھت) کا خیال رکھنا لازمی ہے :۔

### (۱) تہ زمین

اس کے متعلق یہ خیال رہے۔ کہ بد اخلاقی کے اثرات سے محفوظ رہنے کے لئے مکان کا قمارخانوں چکلوں اور شراب خانوں وغیرہ سے حتے الامکان دور ہونا بہتر ہے۔ اور صحت کے لحاظ سے گندے اور بند پانی۔ پڑاوے اور قبرستان وغیرہ سے دُور ہونا ضروری ہے ÷ تاریک گلیوں کی نسبت کھلی جگہ میں خصوصاً جنگل یا پہاڑ وغیرہ کے قدرتی نظارے کے پاس والی زمین اچھی ہوتی ہے ÷ موسمی بخار سے بچنے کے لئے چند فٹ بلند تختے پر مکان بنانا بہتر ہوتا ہے۔ جس کے نیچے ہوا کا دوران خاطر خواہ ہوتا رہے ÷ دلدلی زمینوں میں جہانکہ موسمی بخار عام ہوتا ہے۔ آٹھ دس فٹ بلند اور دیگر اضلاع میں تین چار فٹ بلند طبقہ بنانا نمی وغیرہ سے محفوظ رکھنے کے لئے کافی ہوتا ہے ÷ گو مکان کے گرد کسی قدر درختوں کا ہونا آنکھوں کو طراوت اور ہوا کو صفائی بخشتا ہے۔ لیکن درختوں کے جھنڈ میں مکان کا ہونا

ہوا کے زیادہ مرطوب ہونے کی وجہ سے نقص صحت کا موجب ہوتا ہے۔ چونکہ حیوانات کے گوبر اور پیشاب تعفن کا باعث ہوتے ہیں۔ اس لئے یا تو ان کے مکانات علیحدہ ہونے چاہئیں۔ یا گوالوں وغیرہ حیوانی تجارت کرنے والوں کا گاؤں کے دیگر اشخاص سے کچھ فاصلے پر رہنا چاہئے۔ اسی طرح چماروں اور قصابوں وغیرہ کے کاروبار سے بدبُو کا احتمال ہوتا ہے۔ اس لئے ان کا بھی دیہات سے کچھ فاصلے پر رکھنا بہتر ہوتا ہے۔ غرض یہ ہے۔ کہ کوئی ایسا پیشہ ور جس سے ہوا کے متعفن ہونے کا اندیشہ ہو۔ عام صحت کے لحاظ سے علیحدہ ہونا ضروری ہے۔ گھروں میں معمولی فضلات پر خشک مٹی یا راکھ کا ڈالنا دافع بدبُو ہوتا ہے۔

سطح زمین سے کم وبیش گہرائی پر پانی کا ہونا تو عالمگیر ہے۔ (جس کی وجہ سے اکثر جاہلوں کا یہ یقین ہے۔ کہ زمین کا قیام ہی پانی پر ہے) جو کہ خشک موسم میں نیچے اور بارش کے ایام میں اوپر ہو کر اپنی سطح کو بدلتا رہتا ہے۔ لیکن اس پانی کی سطح سے اوپر سوائے سخت چٹان کے ہوا بھی عام طور پر موجود پائی جاتی ہے گو نرم چٹان اور معمولی زمین[1] میں ۲۰ سے ۵۰ فیصدی اور کاشتکاری کے لئے جوتی ہوئی زمین میں اس کے حجم سے ۲ سے ۱۰ اگنا زیادہ پائی

---

[1] زمین میں ہوا کی مقدار جاننے کا یہ طریقہ ہے۔ کہ سو ماشہ خشک ڈھیلے کو تولنے کے بعد پانی میں وزن کرو۔ پھر پانی سے باہر نکال کر تولو۔ دوسری مقدار سے سو کو تفریق کرنے کے بعد پہلی مقدار کو سو سے تفریق شدہ پر تقسیم کر کے سو سے ضرب دیدو۔ مثلاً سو ماشہ خشک ڈھیلا پانی میں تولنے پر ۶۰ ماشہ ہوا۔ پھر پانی سے باہر ۱۱۰ ماشہ۔ تو بہ قاعدہ مذکورہ بالا $\left(\frac{110 - 100}{100 - 60} \times 100 = 25\right)$ ۲۵ فیصدی اس میں ہوا ہوئی۔

گئی ہے۔ اس ہوا میں کاربن ڈائی آکسائیڈ۔ رطوبت۔ تعفن آرگینک مادے اور کبھی کبھی کار بیورٹیڈ ہائیڈروجن سلفیورٹیڈ ہائیڈروجن۔ نائیٹرک ایسڈ اور امونیا بھی پائے جاتے ہیں۔ چونکہ کاربانک ایسڈ کی کمی بیشی اس کی کثرت پیدائش اور زمین سے اخراج کا راستہ پانے یا نہ پانے پر منحصر ہوتی ہے۔ اس لئے اگرچہ مختلف مقامات میں اس کی مقدار میں اختلاف ہو۔ لیکن اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ گہرائی میں یہ نسبتاً زیادہ ہوتی ہے۔ جو کہ زمین کے اندر کیمیائی تبدیلیوں کے بکثرت ہونے پر دلالت کرتی ہے۔ چنانچہ ۲ میٹر گہرائی میں اگر ہزار میں ۳۰ حصہ کاربانک ایسڈ اور ۱۶۴ حصہ آکسیجن پائی گئی ہے۔ تو ۶ میٹر کی گہرائی پر ۸۰ حصے کاربانک ایسڈ اور ۱۴۸ حصے آکسیجن دیکھنے میں آئی ہے۔ بلکہ ایسی ہواؤں کی وجہ سے اکثر ۴ میٹر (۱۳ فٹ) کی گہرائی میں سانس لینا محال اور چراغ روشن رکھنا ناممکن ہوتا ہے۔ نیز یہی وجہ ہے کہ اگرچہ سطح زمین پر اختلاف حرارت زیادہ ہوتا ہے۔ لیکن ۲۵ فٹ کی گہرائی پر تقریباً ۲ درجہ فارن ہائیٹ کا ہی سردی گرمی میں فرق دیکھا گیا ہے۔

چونکہ اکثر مقامات پر زمین میں نباتاتی اور حیوانی مادے بکثرت ہوتے ہیں (جیسے دلدلی زمین۔ بنی ہوئی زمین اور قبرستان وغیرہ میں یا غلاظت کی نالیوں کے رسنے اور بارش کی بدولت گلے سڑے مُردہ جانوروں یا انسانی و حیوانی غلاظتوں کے زمین پر ڈھلنے سے اندر چلے جانے پر) جو کہ خاص درجہ حرارت۔ رطوبت اور آکسیجن کی موجودگی میں بذریعہ جراثیم کے خمیر اور سڑاند کی حالتوں میں سے گزر کر کاربانک ایسڈ۔ امونیا اور پانی وغیرہ کی صورت میں منتشر ہوتے رہتے ہیں۔ گویا زمین ایک بڑی بھاری "لیباریٹوری" کا کام

دیتی ہے۔ جہاں علاوہ صفائی کے نباتات کی خوراک بھی تیار ہوتی
ہے ÷ اور زمین کا مسامدار طبقہ بارش وغیرہ کی وجہ سے زمین کے اندرونی
پانی کے اُتار چڑھاؤ پر یا سُورج کی گرمی وانگیٹھی وغیرہ سے ہوا کو گرم
کرنے یا آندھی وغیرہ سے کرۂ بادی کے دباؤ میں کمی بیشی ہونے پر ہوا
کو اندر کھینچنے اور باہر نکالنے میں پھیپھڑے کی طرح کام دیتا ہے۔ اس
لئے اگر ایک طرف سطح زمین کا مسامدار ہونا اور پانی کی سطح کا نزدیک ہونا
صحت پر مضرّ اثر ڈالتا ہے۔ تو برخلاف اس کے سطح زمین کا بے مسام
اور پانی کا دُور نیچے ہونا مکان کو صحت بخش بناتا ہے ÷ بدیں وجوہات
علاوہ دیگر امور کے نہ صرف زمین کی خاصیت بلحاظ حرارت کو جذب کرنے
اور مسامدار ہونے کے ہی جاننا ضروری ہے۔ بلکہ زمین کے اندرونی
پانی کی سطح کا بھی کم از کم دس فٹ سے نیچے ہونا لازمی ہے۔ ورنہ فرش
کے مسامدار ہونے کی صورت میں تو "کنکریٹ" کُٹوانا یا سخت "سیمنٹ"
کا پلستر کروانا یا زمین سے دو تین فٹ بلندی پر مکان کا فرش قائم کرنا
بہتر ہوتا ہے۔ اور پانی کے نزدیک ہونے پر "ڈرینج" (بدررو) کا
انتظام کرنا۔ کیونکہ پانی کے چڑھنے پر نہ صرف ہوا[۱] کا اخراج ہی نقصان دہ
ہوگا۔ بلکہ "کیپلری اٹیریکشن" (جیسے مصری کا ایک سرا پانی کو چھونے پر
دوسری طرف خود بخود پانی چڑھ جاتا ہے) سے دیواروں اور فرش میں
نمی اور اس کے تبخیر ہونے پر گھر کی ہوائیں خنکی اور تری آکر بھی مضر
صحت اثر پیدا کرینگی ÷ علاوہ ازیں چونکہ سڑاند بھی نمی کی موجودگی میں

---

ع۱ ہوا نکلنے کے ساتھ ہی پانی کا چڑھنا کنوئیں وغیرہ کے پانی کو بھی ناپاک کرتا ہے۔
اور اُترنے پر مرطوب اور ہوادار بنا کر زمین کو "آرگینک" مادوں کی موجودگی میں خمیر اور سڑاند
کے لائق بناتا ہے ÷ گلہڑ کی بیماری کا بھی زمین سے تعلق ہے۔ لیکن سطح زمین کی
نمی "تھائی سس" اور "رکٹس" وغیرہ امراض کی طرف میلان پیدا کرتی ہے ÷

ہوتی ہے۔ اس لئے اس کے اثر سے محفوظ رہنے کے لئے بھی خشک زمین ہی بہتر ہوگی +

چونکہ گرم آب وہوا میں درخت زمین سے رطوبت کھینچکر سبز پتوں سے بخارات آبی اُڑاتے رہتے ہیں۔ اس لئے زمین کی رطوبت کو کم کرنے کے لئے ان کا لگانا بھی مفید ہوتا ہے۔ چنانچہ "اوک" (شاہ بلوط) کا درخت جتنے حلقۂ زمین کو گھیرتا ہے۔ اس کی نسبت ۸½ گنا پانی کی تبخیر کرتا ہے۔ اور "یوکلپٹس" ۱۱ گنا۔ یہی وجہ ہے۔ کہ آخرالذکر درخت کا "ملیریل" اضلاع میں لگانا خاص طور پر فائدہ بخش ثابت ہوتا ہے + نیز درختوں کی موجودگی زمین کی سورج کی شعاعوں سے بچاتی اور سطح سے تبخیر کو روکتی ہے اس لئے سردیوں میں زمین ٹھنڈی اور مرطوب۔ مگر گرمیوں میں ٹھنڈی اور خشک ہوتی ہے۔ پتوں سے بخارات کا اُڑنا زمین کو خشک اور ہوا کو مرطوب کرتا ہے۔ گھاس زمین کو ٹھنڈا اور یکساں حرارت والا رکھتا ہے۔ اس لئے گرم ملکوں میں ریتلی زمینوں پر اس کا لگانا گرمی سے بچاؤ کے لئے لازمی ہوتا ہے + مطلب مختصر یہ کہ جگہ حتے الامکان اُونچی چُننی چاہیئے۔ تاکہ ڈرینج وغیرہ کا عمدہ انتظام ہونے سے مچھروں سے محفوظ رہے۔ اور دلدلی اور بنی ہوئی زمین پر کبھی گھر نہیں بنانا چاہیئے +

بلحاظ صحت بخش ہونے کے زمین کے درجات یوں بیان کئے گئے ہیں:۔ (۱) کنکریلی یا بجری والی (۲) ریتلی (۳) ریتلے پتھر والی (۴) چاک والی۔ (۵) پہاڑی پتھریلی دگر نیائٹ۔ سلیٹ۔ چونے کے پتھر والی) (۶) سُرخ مٹی (۷) چکنی مٹی (۸) دریائی مٹی (۹) بنی ہُوئی زمین +

اور بلحاظ حرارت کو جذب کرنے کے اس کے درجات یہ ہیں:۔

(۱) ریت (۲) مٹی (۳) چاک (۴) چکنی مٹی وغیرہ +

(۲) **دیواریں**:۔ دیواروں کے متعلقہ ان کی بناوٹ اور

دروازوں وغیرہ کا خیال رکھنا ضروری امور ہیں۔ پختہ اینٹوں کے مقابلے میں گو کچا مکان ٹھنڈا ہوتا ہے۔ لیکن نمی کو جذب کرنے کی وجہ سے نقصان پہنچاتا ہے۔ اس لئے دیواریں کنکریٹ کی بنوائی جائیں یا روغنی اینٹیں کام میں لائیں۔ تو بہتر ہو + علاوہ ازیں گھاس کے چھپر میں گو ہوا کی آمد و رفت تو بخوبی ہوتی ہے۔ لیکن آگ لگنے کا احتمال ہونے سے ناپسندیدہ ہے +: ہوا کی کھلی آمد و رفت کے لئے چاروں طرف ایک دوسرے کے بالمقابل دروازے ہونے چاہئیں۔ ہر ایک زمین دوز دروازے کے اوپر چھت کے نزدیک روشندان کا ہونا بھی ضروری ہے۔ تاکہ تازہ ہوا اگر نچلے دروازے کے راستے اندر آسکے۔ تو خراب شدہ گرم ہوا چھت کے نزدیکی روشن دان کے راستے باہر جاسکے۔ نیز سردیوں میں ٹھنڈی ہوا کے جھونکوں سے محفوظ رہنے کے لئے اگر دروازے بند بھی کئے جائیں۔ تو ہوا کی صفائی بالائی دریچوں کے ذریعے ہوتی رہے +: باورچی خانہ کا دھواں آنکھوں کے لئے خراشدار ہونے سے اکثر بچوں کی آنکھوں کو خراب کر دیتا ہے۔ اس لئے اس کے نکلنے کے لئے خاص انتظام ہونا چاہیئے +: دھوپ سے بچنے کے لئے دروازے کا رُخ جنوب کی طرف رکھنا بہتر ہوتا ہے +: برامدے کی عدم موجودگی میں بارش کے پانی کو اندر آنے سے روکنے کے لئے یا تو دروازے کے سر پر سایہ لگوانا چاہیئے۔ یا تختے باہر کی طرف رکھیں۔ تاکہ بشرط ضرورت بند کئے جانے پر پانی اندر نہ آسکے + اسی مدعا کے لئے تختوں کے اندر ہونے پر دہلیز سے ذرا اوپر تقریباً نصف فٹ کی چوڑی لکڑی دونو تختوں میں لگانی بھی کافی ہوتی ہے دیواروں میں کیڑوں وغیرہ کے سوراخوں سے بچاؤ کے لئے لپائی اور صفائی ہونا مناسب ہے۔ سفیدی کرانا کمرے کی روشنی کو زیادہ اور ہوا کی نمی کو کم کرتا ہے + دیواروں کی بنیاد خوب مضبوط ہونے

کے علاوہ اگر ان میں "ڈیمپ پروف کورس" (مدافع نمی اشیاء) لگا دیئے جائیں۔ تو اچھا ہوتا ہے۔ کیونکہ "کیپلری اٹریکشن" سے دیواروں میں پانی کے چڑھنے کا ۳۲ فٹ تک امکان ہے۔ اس لئے سلیٹ روغنی پتھر۔ پورٹلینڈ سیمنٹ یا ٹاروالی اینٹیں ایک قطار میں لگادی جائیں۔ جہانکہ بنیاد ختم ہوکر دیوار شروع ہوتی ہے۔ دوسرا زمین سے چھ انچ اوپر۔ تیسرا چھت کے نزدیک شہتیر کے نیچے۔ تاکہ اوپر سے بارش وغیرہ کا پانی جذب ہوکر دیوار کو نم نہ پہنچا سکے + اگر صرف ایک قطار میں لگانا ہو۔ تو درمیانی جگہ پر لگانا چاہیئے +۔ کمرے کی اندرونی دیواریں اگر لکڑی یا پلستر وغیرہ کی بھی ہوں۔ تو چنداں مضائقہ نہیں لیکن بیرونی دیواروں کی مضبوطی میں کمی نہیں ہونی چاہیئے + کونے دار ہونے کی نسبت گول کمرہ بآسانی صاف کیا جاسکتا ہے۔ چونکہ مچھر ہلکے رنگ سے متنفر ہوتے ہیں۔ اس لئے سفیدی میں ہلکا رنگ ملاکر ہر چھ مہینے کے بعد دیواروں پر کر دینا ان کا عمدہ علاج ہے +۔ چونے کی سفیدی کے مقابلے میں گوبر سے لیپنا ناقص کہا گیا ہے۔ کیونکہ رطوبت کو کھینچتا اور جراثیم کی پرورش کے سامان مہیا کرتا ہے +۔

(۳) **چھت** :۔ یہ ایسی ہونی چاہیئے۔ کہ اس میں چوہے یا پرندے گھونسلے نہ بنا سکیں + کثرت بارش کی تکلیف سے بچنے کے لئے چھت کا ڈھلوان ہونا بہتر ہوتا ہے۔ جس پر سلیٹ یا ٹین کی چادر ڈالی ہو۔ لیکن گرم اضلاع میں چونکہ ان کی تپش ناقابل برداشت ہوتی ہے۔ اس لئے یا تو ان کے نیچے (یا اوپر) لکڑی ہونی چاہیئے۔ یا کھپریل کا ڈالنا مناسب ہوتا ہے + ان کے علاوہ لکڑی پر کانے یا گھاس وغیرہ ڈال کر یا لوہے کی چادر

کے اوپر مٹی ڈالنا بھی گرمی سے محفوظ رکھتا ہے + بلحاظ مضبوطی اور بناوٹ کے بارش آگ اور دیمک سے مکان کو اور چوروں سے سامان کو محفوظ رکھنا ملحوظ خاطر رہنا چاہیئے + شہتیر کے سروں کو چونے کے نزدیک ہونے پر تری خشکی یا گرمی وغیرہ کے اثر سے محفوظ رکھنے کے لئے "کیروزوٹ لگانا یا" وارنش کرنا" لازمی سمجھنا چاہیئے +

مکان کی صفائی کے ساتھ ہی ترتیب سامان کا خیال بھی بڑا ضروری امر ہے۔ جس سے نہ صرف آرائیش ہی ملحوظ ہوتی ہے۔ بلکہ صحت اور مذاق بھی اعلےٰ رہتا ہے + مکان کا گردونواح فضلات وغیرہ بدبودار اشیاء اور سڑی گلی سبزیات سے پاک ہونا چاہیئے۔ اور دروازے اور کھڑکیاں حتےٰ الوسع بیرونی صاف ہوا سے پیوستہ ہوں + مچھر و مکھی وغیرہ سے محفوظ رہنے کے لئے دروازوں و کھڑکیوں پر ٹین یا تانبے وغیرہ کی باریک جالی لگانی بھی مفید ہوتی ہے۔ یا کپڑے کی جالی ہو۔ جو کہ معمولی "سلیکیٹ آف پوٹاسیم" نامی شے میں ہموزن پانی ملا کر اس سے چار یا پانچ دفعہ "پینٹ" کرنے سے دیرپا ہو جاتی ہے۔ اور بارش و آگ سے محفوظ رہتی ہے + مرغ وغیرہ پرند بھی گھر سے علیحدہ رہنے چاہئیں +

غرض مکان بنانے میں مندرجہ ذیل امور مدنظر رکھنے چاہئیں

(۱) جگہ کیسی ہے؟ کیونکہ سیلاب جگہ باعث امراض ہوتی ہے۔ اس لئے حتےٰ الامکان مکان کی سطح اور دیواریں خشک ہونی چاہئیں + (۲) صاف ہوا اور روشنی کی آمد میں روکاوٹ نہ ہو۔ کیونکہ ایک دانا کا مقولہ ہے۔ کہ" جس گھر میں سورج کا دخل نہیں ہوتا۔ وہاں ڈاکٹر کا دخل ضرور ہوتا ہے" + (۳) گردونواح پاکیزہ ہونا چاہیئے۔ بلکہ اگر ممکن ہو۔ تو مکان رہائش پُشت بہ پُشت

ملے ہوئے نہیں ہونے چاہئیں۔ کیونکہ گنجان آبادی نہ صرف افلاس[1]۔ ناکافی غذا اور مضرِ صحت کاروبار کرنے کا ہی موجب ہوتی ہے۔ بلکہ زیادہ مجمع ہونے سے ہوا کی غلاظت اور صفائی کی کمی کے علاوہ فضلات کو بھی نامکمل طور پر صاف کیا جاتا ہے۔ جو کہ بذات خود کئی امراض کا باعث ہوتے ہیں + (۴) موسمی تکالیف کا علاج یعنے سردی سے بچاؤ کے لئے مکان میں انگیٹھی یا چمنی کا رکھنا (جو کہ علاوہ قابل صفائی ہونے کے چھت سے ۳ فٹ اونچی ہونی چاہیئے) اور گرمی سے محفوظ رہنے کے لئے اوّل تو دیواروں اور چھت کو براہ راست سورج کی کرنوں سے بچانا جس مطلب کے لئے برآمدے اور چوبارہ نہ ہونے کی صورت میں دیواروں اور چھت کا دوہرا ہونا بہتر ہوتا ہے (جن کے درمیان ہوا کا دوران کھلے طور پر جاری رہے) دیگر چھت کا اونچا ہونا۔ کیونکہ پانچ فٹ کی نسبت دس فٹ چھت کے بلند ہونے پر چوتھائی گرمی رہ جاتی ہے۔ تیسری بات یہ۔ کہ چونکہ ایک گیلن پانی کی تبخیر اتنی حرارت کو ہوا سے جذب کر لیتی ہے۔ جس سے ساڑھے چار گیلن پانی صفر درجے سے اُبلنے کے درجے تک پہنچ سکتا ہے۔ اس لئے شدت گرما میں فرش پر پانی چھڑکنا یا دروازوں میں خس کی ٹٹی کا لگانا (جس پر پانی چھڑکا ہو) ہوا کو ٹھنڈا کرتا ہے + علاوہ ازیں دیواروں کے بیرونی جانب

[1] امریکہ کے باشندوں کے مقابلے میں اہل ہند کا تنگدست ہونا اس وجہ پر بھی مبنی قرار دیا جاتا ہے۔ کہ اگر وہاں فی مربع میل تقریباً بیس آدمی آباد ہیں۔ تو ہندوستان میں دو سو سے بھی زیادہ ہیں۔ بلکہ بعض صوبوں میں تو فی مربع میل پانچ سو سے بھی زیادہ پائے جاتے ہیں۔ مثلاً اودھ وغیرہ +

سفیدی کرانا بھی بہتر ہوتا ہے۔ کیونکہ سفید رنگت دافع حرارت ہوتی ہے۔ لیکن دھوپ کی تیزی میں سفیدی آنکھوں پر مضر اثر ڈالتی ہے۔ اس لئے اس میں قدرے نیلا یا پیلا رنگ ملا دینا چاہیئے۔ (۵) چونکہ نیا مکان فرش اور دیواروں کی تری کی وجہ سے ہوا کی نمی کا باعث ہوتا ہے۔ اس لئے اس میں رہائش کرنے سے پیشتر خوب آگ روشن کرنی چاہیئے۔ تاکہ ہوا میں خشکی آجائے۔ چنانچہ اسی مطلب کے لئے رشیوں کی طرف سے نئے گھر میں پرویش کرنے سے پہلے ہون یگیہ کرنے کی ہدایت ہے۔ (۶) پاخانہ گھر سے باہر کھڑکی دار ہونا چاہیئے۔ جس میں جالی لگی ہو۔ تاکہ باوجود ہوا کی آمد و رفت کے مکھیاں وغیرہ نہ آسکیں۔ اس کا فرش پختہ ہونا لازمی ہے۔ تاکہ بآسانی دھویا جاسکے۔ (۷) بالمقابل مکانات کے درمیان بصورت گاڑی چلنے کے ۳۶ فٹ ورنہ ۲۴ فٹ سے کم راستہ نہیں ہونا چاہیئے اور مکان کی ۱۵ فٹ بلندی کی حالت میں دوسری طرف کم از کم دس فٹ چوڑا صحن ہونا چاہیئے۔ اس سے زیادہ بلندی کی صورت میں صحن کے عرض میں بھی اضافہ ہو۔ تبھی ہوا کا تبادلہ آسانی سے ہوسکتا ہے۔

## روشنی اور گرمی

کوئلہ یا دیگر ”گیسوں“ کے جلانے سے علاوہ کاربن ڈائی آکسائیڈ کے گندھک کے مرکبات مثلاً سلفیورس ایسڈ (جو کہ کتابوں تصویروں اور سامان آرائش کو خراب کرتی ہے) اور کاربن مانو آکسائیڈ جیسی مہلک اشیا بھی پیدا ہوتی ہیں۔ ”پیٹرولیم آئل“ اگرچہ ۳۰۰ درجے فارن ہائیٹ پر بھی جل پڑتا ہے۔ لیکن آگ

کنٹر کنے کے خوف سے سو درجے سے کم پر جلنے والا کبھی نہیں استعمال کرنا چاہیئے + "کول گیس" کی طرح سلفیورس ایسڈ اس کے جلانے سے بھی پیدا ہوتی ہے + اس کی روشنی میں نیلی اور بنفشی شعاعوں کی کمی کے باعث اشیاء کا اصلی رنگ نہیں محسوس ہوتا +

بجلی کی روشنی کے فوائد یہ ہیں :- اس میں آکسیجن کا خرچ نہیں ہوتا (۲) کاربن ڈائی اکسائڈ وغیرہ جلنے سے پیدا ہونے والی خراب اشیا نہیں نکلتیں (۳) گرمی نسبتاً کم ہوتی ہے۔ (۴) روشنی بجائے زرد ہونے کے سفید ہوتی ہے۔ جو کہ بنفشی اور اس کے باہر کی (الٹراوائلیٹ) شعاعوں کی موجودگی کی وجہ سے سورج کی روشنی سے مشابہت رکھتی ہے (۵) اس روشنی میں پودے بڑھتے اور پھولتے ہیں۔ پھل پکتے ہیں۔ جیسے کہ سورج کی روشنی میں۔ اور فوٹو کی تصویروں کی روشنی کی طرح اس محرابی برقی روشنی میں بخوبی لی جاسکتی ہے (۶) چھت وغیرہ کو سیاہ نہیں کرتی +۔ مختلف طریقوں سے روشنی کی باہمی نسبت جس سے کہ وہ وایومنڈل پر اثر ڈالتی ہیں۔ ذیل کے نقشے سے ظاہر ہوگی :-

| نام شے | مقدار خرچ | طاقت روشنی | آکسیجن کا خرچ | کاربانک ایسڈ کی پیدائش | گرمی کی مقدار |
|---|---|---|---|---|---|
| ٹیلو کینڈل (چربی کی بتی) | ۲۲۰۰ گرین | ۱۶ بتی کی | ۱۰ ۷/۱۰ مکعب فٹ | ۷ ۳/۱۰ مکعب فٹ | ۱۴۰۰ کیلوریز |
| سپرم کینڈل (موم بتی) | ۱۷۴۰ " | " | ۹ ۶/۱۰ " | ۶ ۵/۱۰ " | ۱۱۳۷ " |
| پیرافین کے تیل کا لیمپ | ۹۹۲ " | " | ۶ ۲/۱۰ " | ۴ ۵/۱۰ " | ۱۰۳۰ " |
| مٹی کے تیل کا لیمپ | ۹۰۹ " | " | ۵ ۹/۱۰ " | ۴ ۱/۱۰ " | ۱۰۳۰ " |
| کول گیس نمبر ۵ | ۵ ۱/۲ مکعب فٹ | " | ۶ ۵/۱۰ " | ۲ ۸/۱۰ | ۱۱۹۴ " |
| بجلی کا لیمپ | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | ۳۷ " |

تہ خانوں میں چونکہ روشنی اور ہوا کا دوران بخوبی نہیں ہوتا۔ اس لئے ان کی رہائش ناپسندیدہ ہے۔ چمنی جلانے سے معمولی حالت میں تو ۳ سے ۶ فٹ فی سکنڈ کی رفتار سے ہوا اندر آتی ہے۔ لیکن زیادہ آگ جلانے پر ۸ یا ۹ فٹ فی سکنڈ بھی ہو سکتی ہے۔

لوہے کی بند انگیٹھی جلا کر کمرے کی ہوا میں گرمی تو نسبتاً زیادہ پیدا کی جا سکتی ہے۔ لیکن دھات کے زیادہ گرم ہونے کی وجہ سے اردگرد کے "آرگینک" مادوں کے جلنے کی بدبو کے علاوہ کمرے کی ہوا کا کاربانک ایسڈ نامی جزو کاربن مانو آکسائیڈ کی صورت میں بھی مضرِ صحت اثر پیدا کرتا ہے۔ لہٰذا چمنی جلانا ہی بہتر عمل کہا گیا ہے۔

**پانی**

اگرچہ عام طور پر پانی کا رتبہ ضروریاتِ زندگی میں ہوا سے دوسرے درجے پر بیان کیا جاتا ہے۔ لیکن اہلِ غور جانتے ہیں۔ کہ نہ صرف آغازِ آفرینش میں ہی "زندگی" کا ظہور پانی میں ہوا جیسا کہ "مچھ اوتار" اور مسئلہ "ایوولیوشن" کے معتقد مانتے ہیں۔ یا آبِ[1] خون اور خاک انسانی کے اجزاء کی کیمیائی

---

[1] نہ صرف جیالوجی اور بیلی آنٹالوجی کے عالم ہی اس امر پر متفق الرائے ہیں۔ کہ زندگی کا ظہور سمندر میں ہوا بلکہ "کونٹن" صاحب نے ثابت کیا ہے۔ کہ آبِ خون یا خاکِ انسانی میں جو مختلف قسم کے نمک پائے جاتے ہیں۔ ان تمام کا قدرتی طور پر مجموعہ سوائے سمندر کے اور کہیں نہیں ملتا۔ اس لئے یقینی ہے۔ کہ ابتدائی ظہور زندگی کا سمندر میں ہی ہوا۔ گو آج کے سمندر گاڑھے ہوتے ہوتے ۳/۲ ۳ فیصدی نمک والے ہو گئے ہیں۔ لیکن ابتدائی سمندر میں جب ۰.۸ فیصدی ہی نمک تھے (جیسے کہ آجکل حیوانات میں پائے جاتے ہیں) اس وقت زندگی جلوہ نما ہوئی تھی۔ چنانچہ اسی اصول کو سمجھنے سے سمندر کے گاڑھا ہونے کا اندازہ کر کے ظہور زندگی کے وقت کا بھی حساب لگایا جا سکتا ہے۔ "لاء آف میرائن کنسس ٹینسی" یعنے "قانون بحری پائیداری" کے نام سے وہ اسکی وجہ یوں بیان کرتا ہے۔ کہ حیوانی زندگی جو کہ خاص معینہ مقدار میں کھار رکھنے والے سمندر میں "سیل" کی شکل میں ظاہر ہوئی۔ ہمیشہ تمام حیوانی اجسام کے "سیلز" میں اپنی زیادہ سے زیادہ "سیلولر" مستقلی کے حصول کی غرض سے اسی حالت کے قائم رکھنے کی طرف میلان رکھتی ہے جس حالت سمندری میں کہ اسکی پیدائش ہوئی تھی۔

تحقیقات سے ثابت ہؤا (دیکو نٹز۔ تھیوری) بلکہ اب بھی کوئی جاندار مادہ اپنی ساخت میں پانی کی موجودگی کے بغیر زندگی کے سٹیج پر کسی قسم کا عمل نہیں کرسکتا۔ کیونکہ جہاں ایک طرف ہر سو حصّہ وزنِ جسمانی کے لحاظ سے انسان کو ایک حصّہ ہوا کے بالمقابل تین حصّے پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ گویا جسم کے کل وزن میں ۳/۴ حصّہ پانی ہونا لازمی ہے۔ وہاں دوسری طرف کیا نباتات اور کیا حیوانات گویا کل جاندار اجسام میں "اوصافِ زندگی" کے کم و بیش اظہار کا بھی اسی کی کمی بیشی پر انحصار ہے۔ چنانچہ مغربی فلسفہ کے نقطۂ نگاہ سے (جو کہ طبعی و کیمیائی تغیرات کا باعث ہونے سے حرکت کو زندگی کا مظہر تسلیم کرتا ہے) زندگی کا منبع تو خواہ "پروٹیڈ" نامی "نائٹروجن" آمیز مرکب کو قرار دیا جائے۔ جو کہ بارود (کلورائڈ آف نائٹروجن) کی طرح بہت سی شکتی کو تھوڑی جگہ میں مقفل رکھنے کی بدولت نباتات کی نسبت حیوانات میں بکثرت پائے جانے سے ان کی ساختوں اور افعال کی زیادتی کا باعث ہوتی ہے۔ خواہ حرارت[1] یعنے "مالیکیولر

---

[1] بعض کی رائے میں حرارت ہی زندگی کا باعث ہے۔ کیونکہ نہ صرف نباتات میں ہی جو بہ نسبت حیوانات کے ساختوں کی پیچیدگی اور ان کے تغیرات میں ادنےٰ درجے کے مظہر ہوتے ہیں۔ اصلی باعث ان کی اندرونی گرمی کا کم ہونا ہے بلکہ ریڑھ کی ہڈی والے بہ نسبت کیڑوں کے اور پرندے بہ نسبت رینگنے والوں کے جو اعلےٰ درجے کی ساختیں رکھتے ہیں۔ وہ بھی ان کی اندرونی حرارت کی ہی زیادتی کا نتیجہ ہے۔ چنانچہ جہاں ایک طرف بیرونی حرارت کی وجہ سے گرمیوں میں درختوں پر بہار آتی ہے۔ اور سردیوں میں حرارت کی کمی کی بدولت ان کی زندگی معطل ہو کر خزاں کا جلوہ دکھاتی ہے۔ (کیونکہ تجربے سے معلوم ہؤا ہے۔ کہ گرم مکان میں رکھنے سے وہ عالم بہار کی طرح ہی سرسبز اور پھولوں و پتوں کے پیدا کرنے والے ہوتے ہیں) یا ان کے بیج آیندہ گرمیوں میں

حرکت کو۔ جس کا زندگی بخش ہونا مختلف قسم کے اجسام یا ایک ہی جسم کے مختلف حالات کے مطالعہ سے ثابت ہوتا ہے۔ مگر اس کا اعلیٰ ترین ظہور پانی ہی کی بکثرت موجودگی پر مبنی ہے۔ کیونکہ نہ صرف درختوں کی ہی ساختوں کے تغیرات پانی سے قطع تعلق ہونے پر رُک جاتے ہیں۔ بلکہ خاص قسم کے حیوانات میں بھی یہی تماشا نظر آتا ہے۔ چنانچہ "روٹی فیرا" نامی جانور بھی خشک ہونے پر بیجان اور تر ہونے پر پھر زندہ ہو جاتا ہے + نیز نوزاد پودا جو کہ جوان درخت سے بہت زیادہ مرطوب ہوتا ہے۔ اگر نسبتاً اپنی قوّت ترکیبی زیادہ دکھاتا ہے۔ تو اسی طرح پر انڈے کی حالت میں حیوان بھی بہ نسبت بچّے کے تیزئے عمل کا اظہار کرتا ہے + یا عادات اور سلیقے کے لحاظ سے بچّہ جوان کی نسبت اور جوان

بقیہ حاشیہ صفحہ (۷۹) انڈے ہی خاص درجے کی حرارت سے بچے کی شکل قبول کرتے ہیں۔ (جس کی عدم موجودگی کی صورت میں اندرونی حرکت بند ہو کر ساخت جسمانی میں روکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے) بلکہ ریچھ وغیرہ حیوانات کا سردیوں میں سوئے رہنا بھی گرمی کی کمی ہونے پر ان کی اندرونی تبدیلیوں کی کمی پر دلالت کرتا ہے + اور دیگر حیوان حتےٰ کہ انسان بھی زیادہ دیر تک سخت سردی میں رہنے سے ناقابل انسداد نیند کی طرف میلان رکھتا ہے۔ جو کہ بصورتِ زیادتی "موت" کی شکل میں انجام پاتی ہے۔ گویا تمام اندرونی تغیرات بند ہو جاتے ہیں + اگرچہ بظاہر یہ دلائل "حرارت" کے حق کو زندگی کے درجے میں بہت اونچا لے جاتی ہیں۔ لیکن چونکہ انسان کی "حرارت مخصوص" پرندوں اور کئی دیگر حیوانوں سے کم ہے۔ مگر زندگی کا ظہور اعلےٰ ترین ہے۔ اس سے پایا جاتا ہے۔ کہ اس عضویت کا اصلی باعث "حرارت" نہیں۔ بلکہ "پانی" ہے + چنانچہ پانی ہی میں رہنے والے کو شاستر میں "نارائین" نام سے موسوم کیا گیا ہے [illegible]

بوڑھے کی نسبت اپنی ساختوں کو اُسی نسبت سے بآسانی تبدیل کرنے کی طاقت رکھتے ہیں۔ جتنی کہ ان میں ملائمت یعنے پانی زیادہ ہوتا ہے۔ جوکہ بڑھاپے تک بتدریج کم ہوتا جاتا ہے ÷ اور اگر ایک ہی جاندار کے مختلف اعضاء پر غور کیا جائے۔ تو بھی یہی نتیجہ نظر آتا ہے۔ چنانچہ درخت میں اگر ساختوں کا تبادلہ پھولوں اور پھلوں وغیرہ کی صورت میں تنے (جوکہ خشک ہوتا ہے) میں کم اور شاخوں کے کناروں (جوکہ ٹھوس مادے کی نسبت زیادہ پانی رکھتی ہیں) میں زیادہ ہوتا ہے۔ تو حیوانات میں بھی دماغ جیسے سب سے زیادہ تر عضو میں اعلےٰ ترین زندگی کا ظہور ہوتا ہے۔ حالانکہ بے عروق یعنے خشک ساختوں مثلاً ناخن بال اور سینگ وغیرہ میں بہت ادنےٰ درجے کی تبدیلی نظر آتی ہے ÷ اس لئے گو مرتبہ طور پر اس کو ہوا کے بعد جگہ دیگئی ہے۔ لیکن درحقیقت بلحاظ ضروریات زندگی یہ نمبر اوّل کا مستحق ہے:۔

صائب از تو گر کسے بالا نشیند عیب نیست
زآنکہ خس بالائے دریا زیر دریا گوہر ست

یہی وجہ ہے۔ کہ اہل ہنود میں پانی کی صفائی (چھوت) پر بدرجہ کمال زور دیا گیا ہے ÷ اور اس کے خراب صورت میں استعمال کرنے پر جیون کے اونچے درجے سے گر جانا قرار دیکر گویا آتما کا پانی سے ازحد گہرا سمبندھ دکھایا گیا ہے ÷ آتم گیان سے روحانی پیاس بجھانے والے یعنے گورو کا پانی سے ایک ضرب المثل میں تعلق باندھنا بھی اسی سچائی پر روشنی ڈالتا ہے۔ جیسے:۔ "گورو کریجے جان کر اور پانی پیجئے چھان کر"÷

علاوہ ازیں ہوا کی عالمگیر موجودگی کے کارن انسان کو اس کے

حاصل کرنے کے لئے کوئی تلاش یا کوشش بھی نہیں کرنی پڑتی حالانکہ پانی کے حصول کی منزل کو ایک قدم نزدیک کرنا یعنے کنؤاں یا تالاب لگانا اعلےٰ درجہ کی نیکی سمجھی جاتی ہے۔ اس لئے بلحاظ لفظی معنوں کے بھی "ضروریات" میں اس کا نمبر بڑھ کر ہے ٭ نیز نہ صرف بوقت نزع ہی اس "آبِ حیات" (امرت) کا حلق میں ٹپکانا زندگی بخش خیال کیا جاتا ہے (گویا "جل" کے نہ ملنے کا نام ہی "اجل" ہے) بلکہ جسمانی غلاظتوں کی طرح روحانی میل کو صاف کرنے میں بھی اس کا درجہ (تیرتھ) بہت بڑا مانا گیا ہے ٭ اور بغور دیکھیں۔ تو وہ تکلیف بھی جس کی شدت سے دق آکر انسان کنوئیں میں گرنے کو (شانتی کا کارن ہونے سے) ترجیح دیتا ہے۔ "پانی کی ضرورت" یعنے پیاس ہی کی ہے۔ جس کے باعث پیغمبرِ عرب کو اپنے صحرائی ہموطنوں کے لئے (جو کہ پانی کی کمی اور گرمی کی شدت سے گویا دوزخ آباد کے باشندے تھے)

بہشت کا خیالی نقشہ تیار کرتے وقت سب سے پہلے نہروں اور فواروں کی ہی یاد آئی ٭ گو بھوک کی تکلیف بھی انسان کو ستاتی ہے۔ مگر صرف ۳۶ گھنٹے تک۔ کیونکہ بعدہٗ کمزوری تو ہوتی جاتی ہے۔ لیکن احساسِ کلفت نہیں ہوتا۔ لیکن پانی کے نہ ملنے یعنے پیاس کی تکلیف مرتے وقت تک برابر بڑھتی ہی جاتی ہے۔ چنانچہ اسی تکلیف کو خیال میں لاکر "شہیدان کربلا" کے نام سے ہر سال محرم کے دنوں میں اہل اسلام روتے پیٹتے ہیں ٭ تمام عاشقانِ مجازی وحقیقی نے اپنے معشوق کی جدائی کی تکلیف کو اسی بغیر آگ کے جلنے کی تکلیف یعنے "پیاس" سے مشابہت دی ہے۔ اور اپنے تئیں "تشنۂ دیدار" یا "وصل کا پیاسا" ظاہر کیا ہے ٭ اور اس پانی کی ہی عظمت دکھانے کے لئے ہر ایک فیاض کی تعریف "دریادلی"

کے الفاظ میں کی جاتی ہے ٭۔ کون نہیں جانتا۔ کہ وِشنو جی ساگر (سمندر) کو بیکنٹھ بنائے اور برہما جی کمل پہ آسن جمائے یا مہادیو جی گنگا کو سر پر دھارن کرکے "جل" بھگوان کی مہانتا کا ہی پرکاش کر رہے ہیں۔ رشیوں نے اگر اس کی صحبت میں یوگ کا سادھن پایا۔ تو یوگیشور کرشن نے یمنا کو چھوڑ اپنا گھر ہی سمندر پہ (دوارکا) جا بنایا ٭۔ اگر رام کو رامیشور ستھاپت کرنے کے لئے بحر ہند کا کنارہ پسند آیا۔ تو موجودہ زمانے کے ساکشات اوتار (جن کے دربار میں پرماتما کی "سم درشٹی" کا اظہار ہوتا ہے۔ یعنے جہاں بڑے کٹر جنم جاتی ابھمانی بھی شودر یا چنڈال تک کے جُوٹھے چاول کھانے سے انکار نہیں کر سکتے) جگن ناتھ جی کا استھان بھی اُس "آب حیوان" پر ہی اپنا عکس ڈالتا ہے۔ جس کی تلاش میں سکندر اعظم آیا۔ مگر محروم رہا۔ بقولیکہ :۔

تہی دستانِ قسمت را چہ سُود از رہبرِ کامل<br>
کہ خضر از "آب حیواں" تشنہ مے آرد سکندر را

آپ لوگ یہ جان کر حیران ہونگے۔ کہ نہ صرف دیولوک میں ہی "اندر" اس لئے راج سنگھاسن پر بیٹھا ہے۔ کہ سمندر سے پیدا شدہ "ایراوت" ہاتھی یعنے بادل اس کے زیر حکم ہیں۔ بلکہ اس مَنش لوک میں بھی چکّر ورتی راجا (جس کے راج میں سورج غروب نہ ہو) وہی ہے۔ جس کی "بحری" طاقت سب سے زبردست ہے :۔ بقول مُصنّف :۔

بدولت پانی ہی کی ہے یہ جوبن انگلستان پر<br>
کہ سُورج چھپ نہیں سکتا ہے اس کے راج کے اندر<br>
دکھایا بحری طاقت نے کمال اپنے کا یہ جوہر

کہ ہے شاہ زمیں اور حکم رکھے آسماں اُوپر
کیا قیدی ہے سُورج کو یہ پانی کی صفائی ہے
کرشن کو اپنے بس میں دیکھو کُبجاں کیسے لائی ہے؟

"عالم بالا" کی خواہش کے سنسکار عوام کے دل پر اتنے زبردست کیوں پڑے ہوئے ہیں؟ صرف اس لئے۔ کہ پاکیزہ پانی بارش کی صورت میں اپنے سرچشمہ[1] کی موجودگی اوپر بتلاتا ہے۔ اسی سورگ کے پدارتھ کی اچھیا پر رشیوں کے یگیہ کی فلاسفی کا انحصار ہے ٭ جو قدرتی شاعر ہے۔ اسی ابرو باران کی تعریف میں رطب اللسان ہو رہا ہے۔ اور واقعی ہو بھی کیوں نہ؟ وہ "رس" (تنماترا) جس کی بدولت تمام سنسارک پدارتھ رسیلے ہو رہے ہیں۔ پنج بھوتوں میں سے جل کا ہی خاص گُن ہے ٭ اسی گُن کے کارن پراتہ کال کا تیجسوئی "نارائن" رُوپ سنیاسی (سُورج) اپنے گیروے بستر اوڑھنے سے پہلے ساگر میں اشنان کر کے آنند رس میں مگن ہو سنسار میں آتا اور اپنی جیوتی سے جیون اور گیان کا سنچار کرتا ہُوا ایک طرف سے دوسری طرف تک "درشٹا" رُوپ سے گذر جاتا ہے۔ نیز اسی گُن کی بدولت رات کا راجکمار (چندرماں) اپنے بھرے دربار میں پریم رس کے پیاسوں کی طرح ہر ہفتے دلی کشش کا اظہار کرتا اور مدّ و جذر کا باعث ہوتا ہے ٭ اسی "امرت" کے ذکر سے جس کی تقسیم کرنے پر خود بھگوان وشنو "موہنی" رُوپ میں نظر آئے۔ ہم اپنے

[1] "چشمہ رواں" کی طرح پانی کی بدولت "چشم تر" کی بھی ازبس تعریف کی گئی ہے۔ بقولیکہ ؎ جو چشم کہ بے نم ہو وہ ہو کور تو بہتر ٭ جو دل کہ ہو بے داغ وہ "جل" جائے تو اچھا ٭ دیگر ؎ زود برسی زاہدا! در کعبہ از راہِ تری ٭ زہد خشک و صوم تو بے دیدۂ گریاں عبث ٭ ؎ مزا برسات کا چاہو میری آنکھوں میں آ بیٹھو ٭ سیاہی ہے سفیدی ہے شفق ہے ابرِ باراں ہے ٭

ناظرین کو "سواستھ" (صحت کا) رس چکھانے اور اپنی تحریر کو رسیلی بنانے کی کوشش کرتے ہیں:-

پانی بلحاظ خاصیت کے پاکیزہ اور بلحاظ مقدار کے کافی ہونا چاہیئے:-

**ضروری مقدار**

پانی کی ضرورت گرم ممالک میں سوائے کسی خاص مقامی حالت کے عام طور پر تقریباً ڈیڑھ سیر (۲ یا $\frac{1}{2}$ ۲ پائنٹ) پینے کے لئے اور پندرہ بیس گیلن (آٹھ پائنٹ کا پیمانہ) کھانے پکانے اور نہانے دھونے وغیرہ کی تمام کارروائی کے لئے ہوتی ہے۔ جس کے پورا نہ ہونے پر غلاظت کے نتیجے کی صورت میں مختلف قسم کی امراض رونما ہوتی ہیں:۔ اوّل تو گرم ممالک میں جراثیم بھی نسبتاً زیادہ ہوتے ہیں۔ دیگر ان کی نشوونما کے لئے سرد ممالک کی نسبت بیرونی حالات بھی زیادہ موزون ہوتے ہیں۔ اس لئے گدلے پانی کا پینا سرد ممالک میں تو تپ محرقہ۔ اسہال یا (ممکن ہے) آنتوں کے کرموں کا باعث بھی ہو۔ لیکن اسی قسم کا پانی گرم ممالک میں پینا علاوہ ان امراض کے ہیضہ۔ پیچش گلگھڑ اور بہت سی دیگر امراض کا بھی کارن ہوتا ہے۔ بلکہ غلیظ پانی میں غسل کرنا بھی" اورینٹل سور" یا "رگنی ورم" وغیرہ جلدی امراض کا سبب ہو سکتا ہے:۔

**ضروری اوصاف**

گو تمام دنیا سیدھے یا ٹیڑھے طور پر بارش کا ہی پانی استعمال کرتی ہے۔ لیکن بہت تھوڑے اشخاص ہیں۔ جو کہ اس کو اصلی پوتر تا کی صورت میں حاصل کرتے ہیں۔

کیونکہ اگرچہ بھاپ یا ہواؤں سے پانی بننے کے وقت تو پوتر ہوتا ہے۔ مگر برسنے پر پہلے تو ہوا میں سے گزرتا ہے۔ اس لئے اس کی غلاظتوں سے پُر ہونے کے علاوہ کئی قسم کے آرگینک مادے اور غُبار وغیرہ کو شامل کر لیتا ہے۔ پھر زمین پر بہنے سے یا اس میں جذب ہوکر چشموں یا کنوؤں کی صورت میں نکلنے پر راستے کے تمام حل ہونے والے مرکبات کو اپنے دل میں جگہ دیتا ہے۔ اس لئے جن چھ صورتوں میں یہ عام طور پر استعمال میں آتا ہے۔ ان کے اوصاف ذیل میں درج کئے جاتے ہیں:۔

(۱) گہرے کنوئیں اور (۲) گہرے چشمے کا پانی نہایت لذیذ اور صحت بخش ہوتا ہے (۳) مقطر پانی بدمزہ مگر بے نقصان ہوتا ہے۔ (۴) بارش کا پانی اور (۵) پہاڑوں سے بہنے والے چھوٹے نالوں یا مصنوعی جھیلوں کا پانی معمولی طور پر ذائقہ دار مگر صحت کے لئے مشکوک ہوتا ہے۔ (۶) دریا کا پانی اور سطح زمین کے چھیڑوں اور کم گہرے کنوئیں کا پانی گو ذائقہ دار اور لذیذ ہو۔ مگر صحت کے لئے سخت خطرناک ہوتا ہے۔

(پانی کی نرمی کے لحاظ سے یوں ترتیب دی گئی ہے:۔ (۱) بارش کا پانی (۲) پہاڑی سطح کا پانی (۳) میدانی سطح کا پانی (۴) دریا کا پانی (۵) چشمے کا پانی (۶) گہرے کنوئیں کا پانی (۷) پتیلے یعنے کم گہرے کنوئیں کا پانی)۔

(۱) پہاڑوں میں آبادی کی کمی اور زمین کی کاشت کم ہونے کے باعث پہاڑی پانی میں فضلے کی آمیزش کا کم احتمال ہوتا ہے۔
(۲) بارش کا پانی علاوہ ہوا کی غلاظتوں کے چھت پر جانوروں

کی بیٹھ وغیرہ سے بھی خراب ہو جاتا ہے۔ اس لئے پہلے پانی کو بذریعہ علیحدہ کر دینے والے اوزار کے نکل جانے دیں۔ پھر جمع کرنا بہتر ہوتا ہے۔ ورنہ بیماری کا شک ہوگا۔

(۳) میدانوں میں سطح کے پانی کو استعمال میں لانے سے حتے الامکان پرہیز کرنا چاہئے۔ کیونکہ اکثر خطرناک ہوتا ہے گو بعض حصہ ملک میں تالابوں سے ہی پانی مل سکتا ہے۔

(۴) دریا کے پانی میں اگر آکسیجن یا اس کے سبز پودوں سے (جو کہ آکسیجن چھوڑتے رہتے ہیں) صفائی نہ ہوتی۔ تو یہ غلاظت کے نالوں سے مشابہ ہو جاتے۔ لیکن سورج کی روشنی۔ آبشاروں کا پڑنا۔ مچھلیوں گھونگوں وغیرہ کی موجودگی اور دریائی پودوں کی برکت ہے۔ جو وہ موجودہ صورت میں نظر آتے ہیں۔

(۵) کنوئیں تین قسم کے ہوتے ہیں (ا) گہرے (ب) کم گہرے یعنے پتیلے (ج) لوہے کی ٹیوب (نالی) کے جنہیں "آرٹیزین" کہتے ہیں۔

چونکہ دیہاتی لوگ کھیتوں میں یا گاؤں کے قرب و جوار میں ہی پاخانہ وغیرہ کرتے ہیں۔ جو کہ بارش کی بدولت زمین میں رس کر کنوئیں میں اخراج پاتا ہے۔ اس لئے حتے الامکان کم گہرے کنوئیں کا پانی کبھی نہیں پینا چاہئے۔ خواہ "لیباٹوری اینیلسس" یعنے امتحان سے بھی تسلی بخش کیوں نہ ثابت ہو۔ جو پانی ۶ سے ۱۲ فٹ تک زمین میں رس کر کنوئیں میں نکلتا ہے۔ وہ کافی پاکیزہ ہو جاتا ہے۔ تاہم کسی قدر خطرناک ضرور ہوتا ہے۔ اس لئے ہمیشہ کنوئیں بناتے وقت اوّل تو بیس فٹ تک نہیں تو کم از کم ۹ سے ۱۲ فٹ تک ضرور ایسا ہونا چاہئے۔ جس کی دیواروں میں پانی نہ رس سکے۔

اور اس کی مینڈھ زمین سے تقریباً ایک فٹ اونچی رکھنی چاہیئے جس پر لوہے کا موزون ڈھکنا لگایا جائے۔ کیونکہ گرم ملکوں میں لکڑی کا ڈھکنا جلد خراب ہو جاتا ہے + کنوئیں کے گرد علاوہ کنکریٹ کوٹنے کے خراب پانی کے لئے نالی بنانی چاہیئے + چونکہ ڈول وغیرہ کے استعمال سے پانی کے ناپاک ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس لئے "واٹر پمپ" کا استعمال بہتر کہا گیا ہے + علاوہ ازیں کنوئیں کے چاروں طرف سو گز قطر کی صفائی رکھنی نہایت ضروری سمجھنی چاہیئے ۔

گہرے کنوئیں پینے کا پانی لینے کے لئے نہایت عمدہ کام دیسکتے ہیں۔ گو قیمت کا سوال ان کے بنانے میں روکاوٹ پیدا کرتا ہے۔ "لوہے کی نلکی" کے کنوئیں کھودے ہوئے کی نسبت بدرجہا بہتر ہیں۔ لیکن ان کے گرد بھی دوسرے کنوؤں کی طرح صفائی رکھنی لازمی امر ہے +

(۶) چشمہ جات بھی سطحی اور گہرے دو قسم کے ہوتے ہیں۔ ان میں سے اول الذکر تو کم گہرے کنوئیں کی طرح غلاظت سے بآسانی ناپاک ہو سکتے ہیں۔ لیکن گہرے چشمے عام طور پر اچھے ہوتے ہیں۔ بہرحال ان کے گرد و نواح کی حالت بھی قابل توجہ امر ہے تاکہ مبادا ادھر اُدھر سے آلودگی ہو جائے ۔

(۷) مقطر پانی جہازوں یا عدن وغیرہ میں جہانکہ بارش بہت کم ہوتی ہے۔ یا نمکین جھیلیں ہوتی ہیں۔ کام میں لایا جاتا ہے ۔ چونکہ یہ بدذائقہ ہوتا ہے۔ اس لئے ہوا ملا کر استعمال کرنا چاہیئے۔ چنانچہ نصف بوتل پانی سے بھر کر خوب زور سے ہلانا ہوا کو حل کرنے کی آسان ترکیب ہے ۔

**پانی کا ناپاک ہونا:**۔ پانی تین صورتوں میں ناپاک ہو سکتا

ہے۔ (۱) منبع پر (۲) جمع کرنے کی جگہ پر (۳) تقسیم کرنے کی حالت میں۔ اس لیئے (۱) کنوئیں تالاب یا چشمے پر ہر قسم کے خراب مادوں کے پانی میں ملنے سے احتیاط رکھنی لازمی ہے۔ چنانچہ۔ نہانا۔ دھونا۔ کلّی کرنا۔ تھوکنا اور پاخانہ و پیشاب وغیرہ پینے کے پانی کے نزدیک ہرگز نہ ہونا چاہیئے۔

(۲) اگرچہ گرمیوں میں پانی ٹھنڈا کرنے کے لیئے جمع کرنے سے بھی کئی قسم کے ناپاک مادے اس میں شامل ہو جاتے ہیں لیکن سردیوں میں تو حتے الامکان کبھی پانی جمع نہیں کرنا چاہیئے صراحی میں پانی ٹھنڈا تو ہو جاتا ہے۔ لیکن اس کی اپنی صفائی کرنا مشکل ہے۔ اور مسامدار ہونے سے ہر قسم کی غلاظت کو بھی جذب کر لیتی ہے۔ نیز زنگار رکھنا یا مُنہ لگایا جانا بھی اس میں نقص ہیں اس لیئے اگر پانی جمع کرنے کی بھی خواہش ہو۔ تو "اینملڈ" اور روغنی برتنوں یا شیشے کے ڈھکنے والی بوتلوں میں رکھیں۔ جن کو صاف کرنا اور برف میں رکھ کر ٹھنڈا کرنا آسان امور ہیں۔ معدنی برتن بھی بباعث صاف ہو سکنے کے اس مطلب کے لیئے کام میں لائے جا سکتے ہیں۔ نیز نئے تجربات سے معلوم ہُوا ہے۔ کہ لوہا اور تانبا کسی حد تک زہریلے جراثیم کی نشو و نما کو بھی روک سکتے ہیں۔ گرد و غبار اور غلاظتوں سے محفوظ رکھنے کے لیئے پانی کا برتن ہمیشہ ڈھک کر رکھنا چاہیئے۔ پبلک یعنے عام لوگوں کے لیئے "گیلونیائزڈ آئرن" (خاص قسم کا لوہا) اور سلیٹ حوض میں لگانے سے صاف پانی جمع کیا جا سکتا ہے۔ جس کو ہر سہ ماہی کے بعد صاف کر دینا چاہیئے۔ لیکن قیمت کا سوال پیچیدہ کر دیتا ہے۔ ڈھکنا ان حوضوں کے لیئے بھی ضروری امر ہے۔

(۳) چونکہ مشک وغیرہ چمڑے کے برتنوں کی صفائی ناممکن ہے اس لئے ان کا استعمال ممنوع ہے ٭ نل یا کسی دوسری قسم کے برتنوں سے پانی بہم پہنچانا چاہئیے ::

## پانی کو صاف کرنے کے طریقے:-

پانی کی صفائی معدنی نمکوں اور آرگینک مادوں سے کرنی ضروری ہوتی ہے۔ اور مندرجہ ذیل طریقے کام میں لائے جاتے ہیں:-

(الف) فزیکل یعنے اوبالنا اور مقطر کرنا (ب) مکینیکل یعنے فلٹر کرنا اور تہ نشین کرنا (ج) کیمیکل یعنے جراثیم کا مارنا اور تہ نشین کرنا ٭

**(۱) اوبالنا**

اگرچہ "سٹیریلائز" (جراثیم کی بیخکنی) کرنے کے لئے تو تین چار روز لگاتار چند منٹ کے لئے ۲۱۲ درجہ فارن ہائیٹ کی حرارت تک لانا چاہئیے لیکن عام طور پہ چند منٹوں کے لئے اوبالنا ہی امراض کے جراثیم کو ہلاک کرکے اور کاربانک ایسڈ وغیرہ اُڑنے والی ہواؤں کے اخراج کی وجہ سے چاک کو تہ نشین کرکے "آرگینک مادوں" اور "سختی" سے صاف کردیتا ہے +

**(۲) مقطر کرنا**

پانی کی صفائی کا یہ بہترین طریقہ ہے بشرطیکہ اس کا پہلا حصہ پھینکدیا جاوے۔ جس میں "والیٹائل" اشیا (بھاپ کے ہمراہ اُڑتی ہوئیں) آجاتی ہیں ٭ لیکن چونکہ نرم[*] پانی تانبہ۔ سیسہ۔ جست۔

[*] سخت پانی پا تو اثر ہی نہیں رکھتا۔ یا کاربونیٹ اور سلفیٹ آف لیڈ کی تہ بنکر جم جاتی ہے سلیکا کی موجودگی [illegible]

اور لوہے کو کسی قدر حل کر لیتا ہے۔ اس لئے مقطر پانی کے لئے ان دھاتوں کے برتنوں کا استعمال نہیں کرنا چاہیئے۔ بلکہ چاندی سے قلعی کردہ یا ٹین کے نلکوں سے کھینچنا چاہیئے۔ بدذائقہ پن بذریعہ چھاننے یا بوتل میں ہوا ملانے کے دور کیا جا سکتا ہے ؛

## (۳) فلٹر کرنا (چھاننا)

کپڑے سے چھاننا چنداں مفید نہیں۔ بلکہ کوئلہ اور ریت سے چھاننا بہتر ہوتا ہے۔ لیکن اس کی احتیاط نہ کرنے سے بجائے صفائی کے غلاظت بڑھتی ہے۔ خصوصاً جبکہ ہڈی کا کوئلہ استعمال کیا جاتا ہے ؛ ریت کنکر وغیرہ کی گہرائی چاہے تھوڑی ہو۔ لیکن پانی کی رفتار آہستہ ہونے سے صفائی زیادہ ہوتی ہے۔ چنانچہ لنڈن کے "پبلک فلٹریشن" میں صرف ۳ فٹ گہرائی مگر ۲۴ گھنٹے میں ۳۶ گیلن پانی فی مربع فٹ کے حساب سے چھاننے پر سولہ ہزار جراثیم فی کیوبک سنٹی میٹر سے صرف "۳۵ سے ایک سو" تک رہ جاتے ہیں۔ اور پانچ فٹ گہرائی اور ایک دن میں فی ایکڑ بیس لاکھ گیلن پانی چھاننے سے ۹۹ فیصدی کمی ہو جاتی ہے ؛ لیکن سب سے عمدہ حالت پانچ روز کے بعد واقع ہوتی ہے۔ کیونکہ آرگینک مادہ کی "جیلے ٹین" کی سی ایک پتلی جھلی بندھ کر "بایولاجیکل فلٹر" کا کام دیتی ہے ؛ تقریباً آٹھ دس روز کے بعد فلٹر کو خشک کر کے اوپر کے ۲ ا انچ ریت کو اکھاڑ کر اس کی جگہ نیا ریت بھرنا چاہیئے ؛

اسی غرض کے لئے "کوامگولنٹ فلٹر" بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ یعنے جس میں پیشتر اس کے کہ ریت کے فلٹر میں سے پانی گزرے۔ ۲۔ فیصدی پھٹکری کا عرق بنایا جاتا ہے۔ جس

کی بدولت دوسرے حوض میں تہ نشین مادہ بیٹھ جاتا ہے - جس میں ہر قسم کے جراثیم وغیرہ شامل ہوتے ہیں - چنانچہ ۶ گھنٹے کے عرصے میں ۷۵ فیصدی جراثیم تہ نشین ہو جاتے ہیں - بعدہٗ خاص فلٹر میں سے گذارا جاتا ہے - جس میں تقریباً چالیس انچ ریت کی تہ ہوتی ہے + اس فلٹر میں گویا کیمیکل اور مکینیکل دونو قسم کا عمل ہوتا ہے - جس کی بدولت "۷۰۰ سے ۲۸۴" تک اسے "۹ سے ۲۷" تک جراثیم رہ جاتے ہیں + بقول کاک صاحب فی کیوبک سنٹی میٹر پانی میں سو سے زیادہ جراثیم نہیں ہونے چاہئیں + اگرچہ خانگی ضروریات کے لئے "پاسچر چیمبر لینڈ" فلٹر کی نسبت "برک فیلڈ" فلٹر بہتر کہا جاتا ہے - کیونکہ اول الذکر میں خاص دباؤ کی ضرورت ہوتی ہے - اور دریا کا پانی گدلا ہونے سے جلدی اس کا راستہ روک دیتا ہے - لیکن یہ خیال رہے - کہ "پاسچر چیمبر لینڈ" فلٹر سے تپ محرقہ کا احتمال نہیں - جو کہ "برک فیلڈ" فلٹر سے ہونا ممکن ہے +

## (۴) سیڈیمنٹیشن (تہ نشین کرنا)

چونکہ "گریویٹی" (کشش ثقل) کا قانون عالمگیر ہے اس لئے بلا روک ٹوک پانی کے بہاؤ سے بھی اس کی صفائی ہوتی رہتی ہے - کیونکہ جراثیم وغیرہ اپنے بوجھ سے ہی تہ نشین ہو جاتے ہیں - گو ان میں بہت سا حصہ سورج کی روشنی سے مرنے والوں کا بھی ہوتا ہے - چنانچہ معمولی حالات میں سولہ ہزار فی "کیوبک سنٹی میٹر" میں سے "۱۰۰۰ سے ۸۰۰" تک رہ جاتے ہیں +

## (۵) کیمیائی عمل

پھٹکڑی اور چونہ تو جراثیم اور آرگینک غلاظتوں کو تہ نشین کرانے سے

ایک طرح کا "مکینیکل" کام ہی دیتے ہیں۔ لیکن جراثیم کے ہلاک کرنے کی غرض سے پرمنگنیٹ آف پوٹاس۔ ہالوجنز (آیوڈین برومین۔ کلورین) الیسڈ سلفیٹ آف سوڈ۔ الٹراوائیلٹ شعاعیں اور اوزون وغیرہ کام میں لائی جاتی ہیں +

(۱) پرمنگنیٹ آف پوٹاش ہیضہ کے ایام میں کنوؤں وغیرہ میں ڈالی جاتی ہے خالص برومین شیشہ کے کیپشول سے ۰.۰۶ سی سی لیکر ایک "لیٹر" پانی میں ملادو۔ اس کا ذائقہ اور بو سوڈیم سلفائٹ اور کاربونیٹ کی ٹکیہ (ٹیبلٹ) ملانے سے جاتی رہتی ہے + کلورینیٹیڈ لائم ایک ڈرام ایک پائینٹ پانی میں ملادو۔ اس میں سے ایک چاء کا چمچہ بھر کر ۲ گیلن پانی میں ملادو۔ اور زور سے ہلاؤ۔ ایک گھنٹہ تک ٹھہرانے کے بعد نتھار لو۔ اس طریق سے نہایت غلیظ پانی بھی صاف کئے جا سکتے ہیں + یا "بلیچنگ پوڈر" کی صورت میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔ جس میں کلورین کی زیادتی ہونے پر اس کے "نیوٹریلائز" کرنے کے لیئے بائی سلفیٹ آف سوڈا کی خفیف سی مقدار ملائی جاتی ہے۔ اس طریق سے ۱۵۰ سے ۵۰۰ سی سی "(کیوبک سنٹی میٹر) میں ایک حصہ کلورین اور ایک ملین سے چار ملین حصے پانی ملانے سے بیسی لس کولائی یا اس کے ہمعصروں میں سے کوئی نہیں پایا گیا + کلورین کی مقدار جاننے کے لیئے یہ امتحان ہے۔ کہ آیوڈائیڈ آف پوٹاسیم ایک دانہ۔ اسیٹک ایسڈ چند قطرے۔ نشاستے کا عرق نصف اونس ایک "لیٹر" پانی میں ملاکر شیشے کے برتن کو سفید کاغذ پر رکھ دو۔ اگر نیلا رنگ ہے۔ تو کلورین زیادہ سمجھو۔ اگر بنفشی ہو۔ تو ٹھیک جواب ہے۔ اگر بالکل کوئی رنگ نہ ہو۔ تو جراثیم کی بیخکنی کے لیئے کلورین ناکافی ہے + آیوڈین کے استعمال کے لیئے خواہ کسی قسم کا معدنی برتن ہو۔ اس میں پانی بھر کر ایک سُرخ ٹکیہ (ٹارٹرک ایسڈ وغیرہ کی) دوسری نیلی (آیوڈائیڈ آف پوٹاش۔ آیوڈائیڈ آف سوڈا اور میتھی لین بلیو کی) یکدم ڈال دو۔ دس منٹ کے بعد تیسری سفید ٹکیہ (ہائپو سلفائٹ آف سوڈا) ڈال دو۔ پہلے آیوڈین خالص علیحدہ ہو جاتی ہے۔ بعدہ وہ نیوٹرلائز ... باقی ... ذائقہ اور بو ... ق

| خراب پانی کے مضر نتائج | پینے کا پانی بباعث کاربانک ایسڈ جذب کرنے کے چُھپنے اور |
| --- | --- |

بقیہ حاشیہ صفحہ ۹۳) آتا ہے - لیکن اگر پانی بہت گدلا ہو - تو پہلے صاف کر لینا چاہیئے ۔ ایسڈ سلفیٹ آف سوڈا کو شیشے کے برتن وانیماڈ یا روغنی برتن میں استعمال کرنا چاہیئے - اور اس کی پانچ گرین کی ٹکیہ کو (جس میں ساتھ ہی ۱/۲ گرین سیکرین اور ۱/۲ بوند لیمن آئیل ملا ہوتا ہے) پانی میں حل کرنے سے خالص تیزاب کی بدولت تمام ہیضہ ٹائیفائیڈ وغیرہ جراثیم ہلاک ہو جاتے ہیں ۔ اور دن سے بھی جراثیم مر جاتے ہیں - لیکن اس کے ساتھ فلٹریشن بھی مناسب معلوم ہوتا ہے ۔ "الٹرا وائلٹ" شعاعیں جو کہ سورج کی روشنی میں پانی کو صاف کرنے والی سمجھی گئی ہیں - بذریعہ ایک خاص قسم کے لیمپ کے (جسمیں پارہ شامل کیا گیا ہے) پانی پر ڈالنے سے ۲۰۰۰ جراثیم کی جگہ اتنی ہی مقدار میں صرف ۳ جراثیم کا باعث ہوئیں ۔ ایک اونس "کوک لائم" (نہ بجھا یا بجھا چُونا) سات سو گیلن پانی کی کاربانک ایسڈ کو اپنے ساتھ ملا کر چاک سے (جو کہ کاربانک ایسڈ کی وجہ سے حل ہوتا ہے) پانی کو صاف کر دیتا ہے - بشرطیکہ ۱۲ گھنٹے نیچے مادہ تہ نشین ہونے دیں - یا فلٹر کریں ۔ پودہ چُونے سے پانی کی صفائی دیکھنے کے لیئے نائٹریٹ آف سلور سولیوشن ملا کر سفید ہونے پر صاف اور بھُورا ہونے پر ناصاف قرار دیں ۔ کاسٹک سوڈا ملانے سے کیلسیم یا میگنیسیم سلفیٹ کو سلفیٹ آف سوڈا بنا کر تہ نشین کرنے سے "دائمی سختی" بھی جاتی رہتی ہے ۔ ریگ و بجری کا فلٹر اور سپنجی آئرن مکینکل اور کیمیکل دونو کام دیتا ہے - پانی سے سیسہ علیحدہ کرتا ہے ۔ اگرچہ "میگنیٹک کاربائیڈ آف آئرن" کے بدلنے کی ضرورت نہیں ہوتی - لیکن برخلاف "سپنجی آئرن" کے اس میں "انٹرمیٹنٹ فلٹریشن" کرنا اسکی "آکسی ڈائز" کرنے کی طاقت قائم رکھتا ہے ۔

غلیظ پانی کی صفائی کے لیئے فی گیلن بارہ گرین چُونا ملانا کافی ہوتا ہے - جو کہ کاربانک ایسڈ سے مل کر کاربونیٹ آف لائم کو تہ نشین کرتا ہے ۔ "سلفیٹ آف المیم" ۵ گرین اور "لائم" ۵ گرین فی گیلن ملانے سے چُونے سے سفیورک ایسڈ مل کر "المیم ہائیڈریٹ" تہ نشین ہوتی ہے ۔ دگمین چونا فی گیلن استعمال کرنے پر دو چار گرین پروٹو سلفیٹ آف آئرن بھی صفائی کے لیئے استعمال کیا جاتا ہے "ہائیڈریٹڈ پروٹو آکسائیڈ آف آئرن" تہ نشین ہوتے ہوئے سب طرح کے غلیظ مادوں کو لے ڈوبتا ہے ۔

نوٹ :- یہ مضمون واقفیت عامہ کے لحاظ سے گو ناظرین کی دلچسپی کا باعث ہو سکتا ہے لیکن [illegible]

میگنیسا کو اپنے میں حل کر دیتا ہے۔ گو عام طور پر فی گیلن اس میں نصف گرین چاک شامل ہوتا ہے۔ لیکن ۱۰ گرین فی گیلن شامل ہونے پر "سخت پانی" (ہارڈ واٹر) کہا جاتا ہے۔ چونکہ اوبالنے سے کاربانک ایسڈ خارج ہو جاتی ہے۔ اس لئے یہ مرکبات ٹوٹنے سے برتن کی اندرونی سطح پر تہ نشین ہوتے اور حرارت کے اندرونی شئے تک پہنچنے میں روکاوٹ پیدا کرتے ہیں + نیز کپڑے دھونے پر صابون کے بھی زیادہ خرچ کا باعث ہوتے ہیں۔ کیونکہ روغنی تیزاب (فیٹی ایسڈ) چونے اور میگنیسیا کے ساتھ مل جاتے ہیں + مختصراً ۱ گرین چاک ۸ گرین صابون کو ضائع کرتا ہے +

معدنی نمک بکثرت موجود ہونے پر پانی کے پینے سے بدہضمی اور اسہال وغیرہ کی علامات۔ آرگینک مادوں کی موجودگی سے ہیضہ پیچش اور تپ محرقہ کے علاوہ کدو دانہ۔ ملھپ "گنی ورم" "ٹی نیاسو لیم" و "انکی لوسٹو ماڈی اوڈینیلی" وغیرہ کی امراض۔ اور نلکوں یا حوضوں میں سے سیسہ (۱/۱۰ گرین فی گیلن) وغیرہ کی زہریلی علامات نمودار ہو جاتی ہیں + کھارا پانی جو کہ "ایمونیا" اور "کلورائڈز" کی موجودگی کا اظہار کرتا ہے پیشاب وغیرہ آرگینک مادوں کی شمولیت کا خاصہ ثبوت دیتا ہے۔ گو بعض اوقات "کاربانک ایسڈ" "نائٹریٹس" وغیرہ کی بکثرت موجودگی سے باوجود غلاظتوں کے ملا ہوا ہونے کے پانی کا ذائقہ چنداں برا نہیں ہوتا۔ بلکہ مزیدار اور لذیذ ہوتا ہے +

## پانی کے کم و بیش مقدار میں استعمال کرنیکے مضر نتائج

چونکہ جسمانی ساختوں کی زہریں سانس۔ پسینے قارورہ اور پاخانہ کے ساتھ پانی کے ذریعہ

ہی خارج ہوتی ہیں۔ اس لئے پانی کے کم استعمال کئے جانے کی صورت میں ان سب کا اندر ہی جمع رہ کر نقصان پہنچانا لازمی امر ہے ۔ نیز قبض کی شکایت اور خون کے گاڑھا ہونے کی وجہ سے "تھرامبوسس" (انجماد خون) کی طرف میلان ہو جاتا ہے۔ تمام جسمانی رطوبتوں کی پیدائش میں کمی آجاتی ہے۔ چنانچہ پیاس کی حالت میں حلق کا خشک ہونا ہر شخص کا ذاتی تجربہ ہو گا ۔

جب زیادہ مقدار میں پانی پیا جاتا ہے۔ تو اوّل تو معدہ ہی تن جاتا ہے۔ جس سے اس کی حرکات میں نقص آجاتا ہے بلکہ خاص کمزوری کی حالتوں میں "ڈایا لیٹےشن آف سٹامک" نامی بیماری کی طرف میلان ہو جاتا ہے ۔ دیگر۔ معدہ کی رطوبت ایسی پتلی ہو جاتی ہے۔ کہ وہ نہ صرف مناسب غذا کے ہضم کرنے سے ہی قاصر ہو جاتی ہے۔ بلکہ اس کے "اینٹی سپٹک" (دافع جراثیم) اثر میں نقص آنے سے معدہ میں خمیر پیدا ہو جاتا ہے ۔ اور جب زیادہ پانی خون میں جذب ہو جاتا ہے۔ تو اس کے رقیق ہونے سے تمام رطوبت ہاضمہ رقیق صورت میں پیدا ہوتی ہیں۔ جس سے ان کی طاقت کم ہونے کے باعث بدہضمی۔ سڑاند اور کمزوری میں ترقی ہوتی ہے ۔ علاوہ ازیں سوائے اُس رطُوبت کے جو کہ پاخانہ کے ساتھ خارج ہوتی ہے۔ باقی تمام پانی کو اپنے اخراج سے پہلے دل میں سے گزرنا پڑتا ہے۔ اس لئے خون کا دباؤ بڑھ جانے کی وجہ سے "ڈایا لیٹےشن آف ہارٹ" اور دلؔ کے

یہ ایسی وجہ ہے۔ کہ امراض دل میں خشک غذا حتےٰ کہ صرف پھلوں کے پانی پر ہی صبر کرنا مفید پایا گیا ہے۔ کیونکہ اس سے اندرونی بیرونی دباؤ کے کم ہو جانے پر نہ صرف دل کی محنت میں کمی اور فعل میں سہولت پیدا ہو جاتی ہے۔ بلکہ اس کی پرورش بھی عمدہ ہوتی ہے ۔ گویا خاص حالات میں پانی کے استعمال میں کمی کرنا "مقویات قلبی" کی نسبت زیادہ مفید ہوتا ہے ۔

زیادہ پھیلنے اور "حجاب القلب" (پیریکارڈیم) نامی پردے کے دبانے سے وریدوں اور عروق شعریہ پر دباؤ پڑ کر اس کے اپنے عضلات کے دوران خون میں نقص آتا اور عضلاتِ قلب کی اٹیروفی کا باعث ہوتا ہے۔ اور اندرونی دباؤ کی وجہ سے کواڑوں کی تناہٹ یا "اینڈوکارڈائٹس" وغیرہ امراض پیدا ہونے کا میلان ہو جاتا ہے + یہی خون کا دباؤ بڑھنا عروق پر اثر ڈال کر ان کی تناوٹ اور پھٹنے کا موجب ہو سکتا ہے۔ نیز خون کے دباؤ میں زیادتی اور دل کے فعل میں کمزوری ہونے کی وجہ سے نہ صرف ٹخنوں پر ہی سُوجن نمودار ہو جاتی ہے۔ بلکہ دماغ کے پردوں یا ساخت میں بھی قدرے ورم ہو جاتا ہے۔ جس سے بدمزاجی۔ چڑچڑاپن عصبی کمزوری۔ سُستی اور سر دردی وغیرہ علامات پیدا ہوتی ہیں۔ اگر ورزش کے ذریعہ اس پانی کی زیادتی کو پسینے کی صورت میں نہ نکالا جائے۔ تو گُردوں پر بوجھ پڑنا لازمی ہے۔ جن کے کثرت کار سے تھکنے پر دیگر خطرات کا احتمال دامنگیر ہوتا ہے + مطلب مختصر یہ کہ بعض اشخاص جو بغیر پیاس کے اکثر دوستوں کے اصرار پر لیمونیڈ کی بوتل چاء یا شربت وغیرہ پیتے ہیں۔ ان کو معلوم ہونا چاہیئے۔ کہ "کثرتِ آبنوشی" کے معنے دراصل "اپنے عرق میں ڈوبنے" کے ہیں۔
چونکہ انسان کی قدرتی غذا کند مُول اور پھل پھُول وغیرہ ہیں۔ اور سبزی کھانے والے حیوان سوائے اس کے کہ شدت گرما یا کثرت ورزش کی وجہ سے پسینے میں تر بتر ہوں۔ عام طور پر پانی کی بہت کم ضرورت رکھتے ہیں۔ اس لئے انسانی ضروریات کو پورا کرنے کے لئے تقریباً ایک سیر پانی ہی کافی ہے۔ مگر چونکہ نمک اور میٹھا نہایت ہی رقیق عرق میں خارج ہو سکتے ہیں۔ اور

نمکین مسہلات زیادہ رطوبت خارج کرتے ہیں۔ اور گرم مصالحہ جات عصبی مرکزوں پر اثر انداز ہو کر حرارت کی پیدائش کو بڑھاتے ہیں۔ اس لئے گوشت خوروں کی طرح پیاس کی زیادتی کا باعث ہوتے ہیں ۔ یہی وجہ ہے۔ کہ امراضِ دل میں صرف دُودھ یا ایسی غذا جس میں نمک بالکل خفیف مقدار میں ہوں۔ از بس مفید ہوتی ہے ۔

## پانی کا نل

(۱) چونکہ آجکل ہر جگہ پانی کے لئے نلکوں کا استعمال پسند کیا جاتا ہے۔ اس لئے یہ جتلا دینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ غلاظت کے نلکے کی خندق میں اس کے پہلو بہ پہلو پانی کا نلکا نہیں رکھنا چاہئے ورنہ اگر کبھی ایک کے بعد دوسرا ٹوٹ گیا۔ تو غلیظ مادوں اور ہواؤں کو پانی میں ملنے کی گنجائش ہو گی ۔

(۲) نلکوں میں پانی کے دن بھر جاری رہنے سے اگرچہ پانی کا نقصان زیادہ ہوتا ہے۔ لیکن ایک تو اس سے پانی جمع رکھنے کی ضرورت نہیں ہوتی ۔ دیگر۔ اگر خدانخواستہ کہیں آگ لگ جائے۔ تو پانی فی الفور میسّر آسکتا ہے ۔ گو نلکوں کی مرمّت اور برف کے ایام میں یہ فوائد حاصل نہیں ہو سکتے ۔ لیکن (۳) اگر پانی کے حوض میں ڈائری فارم کے دُودھ کی طرح کسی قسم کی غلاظتوں کو راستہ مل جائے تو بمقابلہ چند گھروں کے اندر کنُواں ہونے کے وبا بھی تمام شہر میں یکدم پھیلنے کا احتمال ہوتا ہے ۔

(۴) اور کنوؤں کے بالکل بند کر دینے سے جب کسی خاص وجہ سے نلکے رُک جاتے ہیں۔ تو پانی کے نہ ملنے سے سخت تکلیف کا سامنا ہونا روزِ روشن کی طرح عیاں ہے ۔

**غذا:۔** ؎ از نقش و نگار در و دیوار شکستہ ۔ آثار پدید است صنادید عجم را

"کھنڈرات سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ شہر کسی زمانے میں عالیشان تھا"۔ اگرچہ یہ جملہ اکثر تاریخی کتب کے مطالعہ کرتے وقت ہی نظر سے گذرتا ہے۔ لیکن دراصل اس کو ہر قسم کی برباد شدہ حالت پر عاید کر کے اس کے گذشتہ عروج کی نسبت قیاس کیا جاسکتا ہے۔ چنانچہ اہل ہنود کی موجودہ نامعقول چھوت چھات اور ترک وقبول اغذیات (جس پر کہ اس قدر زور دیا جاتا ہے۔ کہ گویا سارا دھرم ہی اسی میں ہے۔ اور جسکی وجہ سے موجودہ زمانے کے نیم تعلیمیافتہ معلم ان کو نیم وحشی سے بہتر خطاب دینے سے بھی گھبراتے ہیں) پر غور کی نگاہ ڈالی جائے۔ تو بصورت کھنڈرات کے یہ اپنی ایک ایسی شاندار گذشتہ عظمت اور اعلیٰ درجہ کی معقولیت کا خیال دلاتے ہیں۔ جس پر کہ آریہ ورت کے رشیوں نے واجب طور پر دماغ سوزی کی تھی۔ سنسکرت کی تقریباً تمام کتابوں میں جس قدر زور غذا کی صحت و پاکیزگی پر دیا گیا ہے۔ اور کسی امر پر نہیں۔ کیونکہ درحقیقت غذا کا مسئلہ ایسی ہی غیر معمولی توجہ کا مستحق ہے +

## بداخلاقی کا باعث

چنانچہ اسی سچائی سے موجودہ مہذب دنیا کو غافل پاکر "ڈاکٹر الیگزینڈر ھیگ ایم۔ اے ایم۔ ڈی۔ طبیب شاہی شفاخانہ لنڈن"۔ اپنی تصنیف "غذا اور خوراک متعلقہ قوت جسمانی وطاقت برداشت" میں رقمطراز ہیں۔ کہ اس امر کے اظہار میں مبالغہ کو ذرا بھی گنجایش نہیں۔ کہ تمام دیگر مسائل سے جو آجکل اہل دماغ کے زیر توجہ ہیں۔ سب سے زیادہ توجہ کا مستحق مسئلۂ غذا ہے۔ جس پر کہ بہت کم خیال کیا جاتا ہے۔ یعنے موجودہ حالت میں عام طور پر جو غذا استعمال کی جاتی ہے۔ اسکی بنیاد محض "جہالت" پر قایم ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ علاوہ وقت اور روپیہ کے نقصان کے اس میں بیشمار دیگر مصائب (جسمانی و دماغی

امراض) کا بھی بیج مخفی رہتا ہے۔ چنانچہ نہ صرف وہ صحت کو ہی نقصان پہنچاتی اور عمر کو چھوٹا کرتی ہے۔ بلکہ عقلی اور اخلاقی قواء میں نقص پیدا کرنے کی وجہ سے اپنے حقیقی مقصد کی تکمیل میں بھی سراسر ناکامیاب رہتی ہے + یہ ایک مسلمہ مسلہ ہے۔ کہ "انسان جو کچھ سوچتا ہے۔ وہی بن جاتا ہے" چونکہ سوچنا بوساطت دماغ کے ایک جسمانی فعل ہے۔ اور جسم کا انحصار اس مادے پر ہے جو کہ اس کی پرورش اور قیام کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس لئے جواہر "دماغی سیلز" کی بناوٹ پر اختیار رکھتا اور اس کی بدولت مانسک شکتیوں پر اثر انداز ہوتا ہے۔ درحقیقت وہی مسلہ زندگی کے تمام مسائل کی بنیاد کا درجہ رکھتا ہے + اگرچہ ہم اس فلاسفر سے متفق الزبان نہ ہوں۔ جو ہر ایک مریض شخص کو "حرامکار" بیان کرتا ہے۔ لیکن اس میں کلام نہیں ہو سکتا۔ کہ ہر ایک ایسی طاقت ناقص اور ٹیڑھے عمل کا باعث ہوتی ہے۔ جس کے ظاہر کرنے والے اوزار میں نقص ہو۔ گویا ناقص عمل کا ظہور دراصل اپنے مظہر اوزار کی خرابی پر دلالت کرتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ اخلاقی نقطۂ نگاہ سے جو بدکاریاں اور جرم گزشتہ ایام میں فعل اختیاری یا بالارادہ خیال کئے جاتے تھے۔ آجکل ویسے ہی یقین کے ساتھ حلقۂ امراض میں شامل ہو رہے ہیں۔ جیسے امراض دل و گنٹھیا وغیرہ + مطلب یہ کہ بد اخلاقی بذات خود ایک ایسی مرض کا نتیجہ ہے۔ جس کا اصلی باعث غذا کی غلطی ہے یعنے اگر غذا صحیح ہو۔ تو بد اخلاقی وغیرہ کا نام و نشاں نہ رہے۔ گویا غذا کی درستی سے جسمانی اور دماغی صحت وابستہ ہونے کی بدولت تمام قواء روحانی کا صحت کی حالت میں ظہور پذیر ہونا لازمی ہے +

صاحب موصوف محققانہ پیرائے میں ظاہر فرماتے ہیں۔ کہ موجودہ زمانے میں جو بیشمار امراض جسمانی۔ عقلی کمزوریاں اور اخلاقی خرابیاں، عام طور پر مشاہدہ میں آتی ہیں۔ ان میں سے کثیر التعداد ایسی اغذیات کا نتیجہ ہیں۔ جو کہ بباعث ناواقفیت زہر آمیز ہونے کے باوجود عوام کے کھانے میں آتی ہیں۔ مثلاً گوشت۔ انڈے۔ شراب۔ چاء اور دال وغیرہ + تربیت اخلاق کی بزرگی کو مدنظر رکھ کر ایک دانا کا کلام ہے۔ کہ "ایک مدرسے کا بنانا ایک جیلخانے کی بیخکنی کرنا ہے"۔ لیکن اگر ذرا اور غور کیا جائے۔ تو اس سے بہتر یوں کہا جاسکتا ہے۔ کہ "قانون کے خوف سے یا دھرم کے پیار سے غذا کے درست استعمال کرنے پر توجہ دلانا (یعنے زہر آمیز اور محرک اشیا کے استعمال کی ممانعت کرنا) نہ صرف تمام جیلخانوں کی ہی بربادی کرنا ہے۔ بلکہ دیگر کئی قسم کے قضیوں یعنے محکمہ ہائے عدالت اور جنگ و پولیس وغیرہ کے اخراجات سے بھی سبکدوش ہونا ہے"۔ کیونکہ ان تمام کی اصلی وجہ جو خود غرضی ہے۔ اس کا حدِ اعتدال سے بڑھ کر ظہور پذیر ہونا صرف غذا کی غلطی پر ہی مبنی ہے۔ کیونکہ وہ زہریں جو ہر روز کھانے کے ساتھ کھائی جاتی ہیں۔ دورانِ خون میں داخل ہو کر بیشتر اس کے کہ دوسری بیماریاں پیدا کریں۔ دماغ کے لطیف قواء پر حملہ آور ہوتی ہیں۔ یعنے عقلی اور اخلاقی قواء کے مرکز کی صحیح نشو و نما میں روکاوٹ پیدا کرتی ہیں۔ جس سے اُن کے افعال صحت سے گر جاتے ہیں +

**تکان کا باعث**

علاوہ ازیں کثرتِ کار۔ دھوپ اور بھوک کی "قوت برداشت" کا کم ہونا بھی غذا کی غلطیوں پر ہی مبنی ہے۔

کیونکہ تکان کے دو اسباب ہیں :- ایک تو خون میں غذائیت کی
کمی (جو کہ دودھ وغیرہ زود ہضم اشیاء کے کھانے سے جاتی رہتی
ہے) دوسرا یورک ایسڈ وغیرہ زہروں کے دوران خون میں
سدّ راہ ہونے سے غذائیت کا عضلات میں ناکافی پہنچنا (جس
کے لئے غذاؤں کا کچھ اثر نہ ہونے کی وجہ سے محرک ومفرّح اشیاء
کا استعمال ہوتا ہے) گویا اگر کوئی شخص صحیح غذا کا استعمال کرے
تو وہ تکان میں مبتلا نہیں ہوتا۔ چنانچہ بمقابلہ اہل یورپ کے
جاپانیوں کا عقل واخلاق میں بڑھ کر اور نہ تھکنے والا محنتی ہونا دراصل
اسی اصول پر مبنی ہے۔ کہ ان کی غذا نسبتاً کم زہریلی ہوتی ہے ؛
دیگر گوشتخور شخص بمقابلہ سبزی خور کے نہ تو دھوپ کی سختی برداشت
کر سکتا ہے۔ کیونکہ حرارت کی تیزی سے "یورک ایسڈ" خون میں
حل ہوتا اور طبیعت کو پریشان کرتا ہے + اور نہ ہی بھوک کی۔
کیونکہ اوّل تو گوشت کی غذائیت ہی بھڑک اُٹھنے والے بارود کی
طرح فوراً جسم میں جل جاتی ہے۔ دیگر اس کی تحریک کے ختم ہونے
پر یورک ایسڈ (جو کہ سٹمولیشن کے وقت جسمانی ساختوں میں چلی
جاتی ہے) کے خون میں واپس آنے کی وجہ سے تکان محسوس ہوتی
ہے۔ حالانکہ برخلاف اس کے دودھ اور سبزی خور آدمی ان مصائب
سے محفوظ رہتا ہے ؛ تیسرا امر یہ کہ گوشت خور شخص زیادہ رات تک
جاگنے اور بڑا دن نکلے تک سویا رہنے کی طرف میلان رکھتا ہے۔
گویا دن کی بہترین فائدہ مند روشنی سے محروم اور رات کی مصنوعی
روشنی کے مضرّ اثرات سے نقصان اُٹھانا بھی صرف کھانے کی
غلط عادت پر ہی منحصر ہے ؛

دریں حالات گو یہ اغلب نہیں۔ کہ وہ لوگ جن کے قوائے عقلی ایسی زہروں

سے نقص پذیر ہو چکے ہیں۔ باوجود اپنی غلطیوں کی سزا پانے کے ہماری نصیحت کو قبول کریں۔ یعنے مسائۂ غذا پر توجہ دیں۔ تاہم اپنے فرض سے سبکدوش ہونے کے لئے غذا کے متعلقہ مسلمہ صداقتوں کا ذکر کیا جاتا ہے۔ اُن پر عمل کر کے فائدہ اُٹھانا یا نہ اُٹھانا ناظرین کی مرضی پر ہے:۔

۵ مانو نہ مانو جان جہاں اختیار ہے
ہم نیک و بد حضور کو سمجھائے جاتے ہیں

### "میٹابولک پراسس"
### یعنے زندہ اجسام کا عمل

بیشتر اس کے کہ غذا کے اصلی مضمون پر کچھ لکھا جائے۔ یہ ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ عام واقفیت کے لئے "جسمانی ساختوں کے تبادلے کا عمل" مختصراً بیان کر دیا جائے۔ تاکہ ہر شخص کے ذہن نشین ہو سکے۔ کہ غذا کی غلطیاں کس طرح پر نقص صحت کا باعث ہوتی ہیں؟ اس عمل میں ہاضمہ۔ جاذبہ۔ ساختہ۔ سوختہ اور خارجہ پانچ امور شامل ہیں:۔

(۱) **ہاضمہ**:۔ جب کھانا مُنہ میں داخل ہوتا ہے۔ تو اس میں "تھوک"* اور "لُعاب دہن" کے ملنے سے چبانے اور نگلنے میں آسانی ہونے کے علاوہ نشاستے کی کیمیائی تبدیلی ہوتی ہے۔ جس سے وہ بآسانی جذب ہونے کے لائق ہو جاتا ہے + یہاں سے چل کر وہ معدہ کی تھیلی میں جا کر قیام پاتا ہے۔ جہاں کہ "گیسٹرک جُوس" نامی رطُوبت کا اخراج ہوتا ہے۔ جو کہ معدہ کی حرکات سے "پروٹیڈز"

*یہ عصبی طاقت کے زیر اثر اخراج پاتی ہے (جس کی رفتار فی سکنڈ ۰.۶ میٹر قیاس کی گئی ہے) گویا ذائقہ اور خوشبو وغیرہ سے گلاسوفیرنجی آل اور انفکرڈی اعصاب تحریک پا کر اخراج رطوبت کا باعث ہوتے ہیں +

نامی جزو غذا کے ساتھ مل کر کیمیائی تبدیلی کر کے ان کو جذب ہونے کے لایق بنا دیتی ہے + تقریباً چار گھنٹے میں معدہ سے وہ غذا چھوٹی آنتوں کے بالائی حصے ("ڈیوڈیم") میں داخل ہوتی ہے۔ جہاں پر علاوہ آنتوں کی رطوبت ("سکس انیٹریکس") کے جگر کی رطوبت۔ (صفرا) اور پنکریاس یعنے لبلبہ کی رطوبت (پنکریاٹک جوس[۲]) بھی اس میں آشامل ہوتی ہیں۔ جن سے نہ صرف روغنی حصہ ہی صابون یا "ایملشن" کی صورت اختیار کرتا ہے اور جاذبہ کے قابل بنتا ہے۔ بلکہ "کاربوہائیڈریٹ" اور "پروٹیڈز" کی قسم کے اجزا جو کہ منہ اور معدہ میں ہضم ہونے سے رہ گئے ہوں۔ وہ بھی ہضم ہو کر جذب ہونے کے لائق بنتے ہیں + اگرچہ معدہ کی رطوبت غذا کے ساتھ کھائے ہوئے اکثر جراثیم کو ہلاک کر دیتی ہے۔ لیکن بہت سے بچ کر زندہ بھی آنتوں میں پہنچ جاتے ہیں۔ جہانکہ ان کی پرورش کے لئے نہایت موافق سامان موجود ہوتے ہیں۔ وہاں وہ بھی غذا کے اجزاء کو توڑتے اور جذب ہونے کے لائق بناتے ہیں۔ چنانچہ کاربوہائیڈریٹس میں لیکٹک ایسڈ کا خمیر پیدا کرتے ہیں۔ جس کا نتیجہ کاربانک ایسڈ ہائیڈروجن اور بیوٹائرک ایسڈ ہو سکتے ہیں + "سیلولوز" کو کاربانک ایسڈ اور میتھین کی صورت میں توڑتے ہیں + روغنی اشیاء پر "سٹی ایسین" سے بڑھ کر اثر رکھنے سے ویلیرک اور بیوٹائرک وغیرہ ایسڈز پیدا کرتے ہیں + پروٹیڈز سے فیٹی ایسٹرز اور ایمیڈو ایسڈز خصوصاً

---

۲[۲] یہ "ہارمونز" کے زیر اثر اخراج پاتی ہے (جو کہ بذریعہ دوران خون کے فی سکنڈ میٹر کا کچھ حصہ چلتی ہے) "عصبی طاقت" اور "ہارمون" کا تعلق تار اور ڈاک کا سا ہے + رطوبت لبلبہ میں ایمیلاپسین۔ ٹرپسین۔ سٹی ایسپن۔ اور رنین کی طرح دودھ کو منجمد کرنے والا فرمنٹ پائے گئے ہیں +

لیوسین اور ٹائروسین پیدا کرتے ہیں۔ نیز سڑاند پیدا کرنے سے بدبودار ہوائیں اور انڈول سکٹیول اور فینال کی سی اشیاء پیدا کرتے ہیں۔ اگرچہ بعض زہریلی اشیاء کو توڑ کر یہ بے ضرر بھی بناتے ہیں { مثلاً لیسی تھین (جو کہ انڈوں اور دماغ میں بکثرت ہوتا ہے) کے دو رطوبت لبلبہ سے ٹوٹنے پر جو گلیسرین۔ فاسفورک ایسڈ سٹیرک ایسڈ اور ایک سخت زہریلا ایلکلائیڈ "کولین" بنتے ہیں۔ اُن میں سے "کولین" کو جراثیم ہی کاربانک ایسڈ۔ میتھین اور امونیا کی صورت میں توڑ کر زہریلے اثر سے بچاتے ہیں } لیکن سڑاند کی زیادتی عموماً نقصان دہ ہوتی ہے ۔

(۲) جاذبہ :۔ ہضم ہونے کے بعد غذا کا تھوڑا سا حصہ تو معدہ کی دیواروں کے راستے ہی جذب ہو کر عروق کے ذریعہ جگر میں جا پہنچتا ہے۔ لیکن زیادہ تر آنتوں کی دیواروں سے جذب ہوتا ہے۔ جن میں کاربوہائیڈریٹ اور پروٹیڈز کو جذب کر کے وریدوں کے راستے جگر میں پہنچانے کے علاوہ روغنی مادے کو جذب کر کے "تھوریسک ڈکٹ" نامی نالی میں بھی پہنچانے کی نالیاں (لیکٹی الز) ہوتی ہیں۔ جو کہ اپنے سامان کو بغیر جگر میں لے جانے کے براہ راست دل کے نزدیک دوران خون میں پہنچا دیتی ہے ۔ غذا کا جوہر چھوٹی آنتوں میں جذب ہونے کے بعد جو پھوک رہ جاتا ہے۔ وہ بڑی آنتوں میں داخل ہوتا ہے۔ جہاں کہ اس کا سیال حصہ جذب ہو کر فضلے کی صورت اختیار کرتا اور جسم انسان سے اخراج پاتا ہے ۔

(۳) **مساختہ** :۔ ہاضمے اور جاذبے کے بعد۔ جگر۔ تلی۔ مغز استخواں اور دیگر گلٹیاں وغیرہ اپنے اپنے خاص عمل کر کے غذا کے کیمیائی اجزاء کو جسمانی ساختوں (سیلز) میں تبدیل کرتی ہیں۔ اور خون

بطور تقسیم کرنے والے کے دل (پمپنگ انجن) کی بدولت ہر ایک شے کو اسکی مناسب جگہ پر پہنچاتا ہے ÷ اس تیسرے عمل میں نہ صرف وہ اشیاء جو کہ غذا کے اوصاف نہ رکھتی ہوئی کھانے میں شامل ہوتی ہیں بطور غیر جنس یا زہر کے کام کرتی ہیں۔ بلکہ غذا کے کیمیائی اجزا کے ٹوٹنے سے بھی چند ایک ایسے مرکبات پیدا ہوتے ہیں۔ جو کہ اگرچہ معتدل مقدار میں ہونے پر تو جسم سے بآسانی اخراج پاجاتے ہیں۔ لیکن زیادتی کی صورت میں گردوں و جگر وغیرہ کے تھک جانے کی وجہ سے جسم کے اندر جمع رہ کر بطور غیر جنس یا زہر کے اثر دکھاتی ہیں ÷ نیز اگر اس عمل کے سلسلے میں کسی خاص عضو کی قوتِ فعل میں کمی بیشی آنے سے نقص آرہا ہو۔ تو تبدیل شدہ مرکبات دوران خون میں رہ کر یا اخراج پاتے وقت نقص صحت کا باعث ہوتے ہیں۔ جیسے نقرس و ذیابیطس وغیرہ ہیں ÷

(۴) سوختہ :- جب ساختیں بن چکتی ہیں۔ تو وہ اپنے اپنے کام میں مصروف ہونے پر سانس میں لی ہوئی آکسیجن کی بدولت جلتی اور عملی طاقت کا اظہار کرتی ہیں ÷ اس عمل کا نتیجہ کاربانک ایسڈ گیس۔ یوریا اور پانی وغیرہ کی صورت میں خارج ہوتا ہے اس عمل میں نقص آنے پر یعنے آکسیڈیشن کے ٹھیک نہ ہونے سے ساختوں کے ادھورا جلنے پر جو مرکبات پیدا ہوتے ہیں۔ وہ بھی اس جسم کی نازک کل میں غیر جنس بن کر مختلف اعضاء کے صحیح دوران خون کے راستے میں روکاوٹ بنتے یا زہر کی صورت میں مختلف اعضاء کو ناکارہ بناتے ہیں ÷

(۵) خارجہ :- "کاربوہائیڈریٹ" اور روغنی اغذیات تو اپنے عمل کو پورا کرنے کے بعد آکسیجن سے مل کر "کیمیکل لیباریٹوری"

کی طرح کاربانک ایسڈ گیس اور پانی کی صورت میں بدلتی ہیں۔ اور "نائٹروجی نس" اشیاء اپنی راکھ یوریا اور پانی وغیرہ کی شکل میں بناتی ہیں۔ ان میں سے کاربانک ایسڈ اور کچھ پانی تو پھیپھڑوں کے راستے بذریعہ تنفس کے خارج ہوتا ہے۔ اور یوریا بمعہ چند دیگر نمکوں اور کچھ پانی کے گردوں کے راستے پیشاب کے نام سے اخراج پاتا ہے۔ باقی ماندہ کچھ پانی بمعہ چند دیگر تیزابی نمکوں کے پسینہ کی گلٹیاں باہر نکالتی ہیں۔ چونکہ جس طرح غیر ہضم یا خراشدار اشیاء کے کھانے سے اعضاء ہاضمہ میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے۔ ویسے ہی اعضاء خارجہ پر بھی زیادہ یا نامناسب زور پڑنے سے نقص پیدا ہو جاتے ہیں۔ اس لئے کثرت کار یا دو "آکسیڈیشن" کے ٹھیک نہ ہو سکنے کی صورت میں راکھ کے مرکبات ٹھیک طور پر اخراج نہیں پا سکتے۔ اور اندر رہ کر مختلف صورتوں میں صحت کو خراب کرنے کا باعث ہوتے ہیں۔

مطلب مختصر یہ کہ نہ صرف ساختوں کے بننے اور بگڑنے کی مساوات میں ہی فرق آنا نقص صحت کا باعث ہوتا ہے۔ بلکہ "میٹابولک پراسس" کے کسی درجہ کے عمل میں بھی گڑبڑاہٹ ہونا تندرستی میں فتور پیدا کر دیتا ہے۔ اس لئے غذا کا مسلہ جس قدر ضروری ہے۔ اس سے زیادہ پیچیدہ بھی ہے۔

دریںحالات ناظرین سے غیر معمولی توجہ کی درخواست کرنا مضمون ہذا کے ذہن نشین کرانے کی غرض سے ہم اپنا فرض سمجھتے ہیں۔ اُمید ہے۔ کہ وہ بھی تحمّل سے کام لے کر اس کا مطالعہ کرینگے۔

## غذا کی تعریف

ایام نشو ونما (بچپن) میں نئی ساختیں بھی بنانے اور اس کے بعد جسمانی ناکارہ ساختوں (کھٹوس ورقیق) کی مرمت کرنے اور حرارت غریزی کو قایم رکھنے یعنے صحت طاقت کے مظہر کی حیثیت میں جو اشیا استعمال کی جاتی ہیں۔ وہ غذا کے نام سے موسوم ہوتی ہیں + بالفاظ دیگر۔ انسان کے کھانے میں جتنی بھی چیزیں آتی ہیں۔ وہ تین قسم کی ہوتی ہیں (غذ۔ دوا۔ زہر) ان میں سے جو صحت کی حالت میں ضروری ہوتی ہیں۔ وہ غذا کہلاتی ہیں۔ اور جو بیماری کی حالت میں صحت واپس لانے کے لئے کام دیتی ہیں۔ وہ دوا کا نام پاتی ہیں۔ جو ان دونو اوصاف سے خالی ہوتی ہیں۔ وہ زہر ہیں ؛

## اجزاء خوراک

دُودھ کو قدرتی غذا تسلیم کرتے ہوئے "فزیالوجی" کی رُو سے غذا میں مندرجہ ذیل اجزاء کا ہونا لازمی ہے۔ جو کہ کیمیائی امتحان سے دُودھ میں پائے جاتے ہیں:۔

(۱) آرگینک

نائٹروجی نس { پروٹیڈز مثلاً کیزین۔ گلوٹن وغیرہ ایلبیومینائڈ۔ }

یہ چار دل کام دیتے ہیں:۔ (۱) ٹشوز یعنے عضلات وغیرہ کام کرنے والی ساختیں بنانا اور جسمانی بربادی کی جگہ پوری کرنا (۲) آکسیڈیشن کے عمل کو باقاعدہ رکھنا (۳) حرارت پیدا کرنے میں کام آنا۔

(۴) چربی بنانا +

نان نائٹروجی نس :- کاربوہائیڈریٹ مثلاً نشاستہ و چینی وغیرہ
ان کا کام جسم میں چربی بنانا اور گرمی
وطاقت پیدا کرنا ہے۔

(۱) آرگینک

ہائیڈروکاربن یعنی روغنی اشیا مثلاً گھی تیل وغیرہ
یہ بھی چربی بنانے اور گرمی وطاقت پیدا
کرنے کے کام آتی ہیں اس لئے نشاستہ
وغیرہ کی جگہ کام دیسکتی ہیں۔ البتہ گرم
ممالک میں کاربوہائیڈریٹ اور سرد
ممالک میں روغنی مادے کی مقدار
بڑھانی چاہئے۔

نباتاتی ترش نمک مثلاً لیموں والی کاست وغیرہ
یہ خون کو کھاری کرتے ہیں۔ تھوڑی سی
حرارت اور طاقت بھی پیدا کرتے ہیں۔

(۲) اِن آرگینک

(معدنی نمک مثلاً سوڈیم پوٹاسیم کیلسی ام وغیرہ)
اِن میں سے روزمرہ کھانے میں کام آنے والا معمولی
نمک سوڈیم کلورائیڈ کے نام سے موسوم ہے۔ جس
کا سوڈا تھوک میں اور کلورین معدہ کی رطوبت میں برائے
ہاضمہ کام آتی ہے۔ چونا فاسفورس وغیرہ ہڈیوں
کے لئے۔ پوٹاش عضلات کے لئے فولاد خون کے
لئے وغیرہ وغیرہ کام دیتے ہیں۔

پانی } جو کہ ٹھوس اغذیات کو رقیق کر کے ہاضمہ و جاذبہ
کے قابل بناتا اور تنفس پیشاب پسینہ اور پاخانہ کے ساتھ
خارج شدہ پانی کی کمی کو پورا کرتا ہے۔ جس صورت

ہیں کہ یہ اندرونی ناکارہ مادوں کو دھو کر نکالتا ہے ٭ نیز گو خود کسی کیمیائی تبدیلی میں حصّہ نہیں لیتا۔ لیکن دیگر کیمیائی تغیرات کے لئے اسکی موجودگی لازمی ہے ٭

(۳) مصالحہ جات اگرچہ اپنی خوشبو کی وجہ سے ہاضمہ کی رطوبتوں کو تحریک دیتے ہیں۔ لیکن غذا کے نقطۂ نگاہ سے فالتو اشیاء کا درجہ رکھتے ہیں ٭

(۴) **سیلولوز وغیرہ** :- علاوہ ان اجزاء کے جو کہ جذب ہو کر جسمانی ساختوں کے بنانے یا حرارت وغیرہ کے کام آتے ہیں۔ کچھ مقدار ناقابلِ انجذاب یعنے فضول اجزاء کی بھی خوراک میں شامل ہونی لازمی ہے۔ جو کہ بصورتِ فضلہ خارج ہو کر آنتوں کی تحریک کا باعث ہو ٭ چنانچہ کائینات میں خالص اجزاء اغذیہ کا میسر نہ آنا اسی مصلحت پر مبنی ہے ٭

## اوصافِ خوراک

مجموعی طور پر دنیا میں مندرجہ ذیل چار اوصاف والی اشیاء غذا کے طور پر استعمال کی جا سکتی ہیں :-

(۱) **"کیمیکل" وصف** :- چونکہ جسم انسانی میں کیمیائی طور پر سولہ مفردات پائے جاتے ہیں (کاربن۔ ہائیڈروجن۔ نائٹروجن۔ آکسیجن گندھک۔ فاسفورس۔ فلورین۔ کلورین۔ آیوڈین۔ سلیکان۔ سوڈیم پوٹاسیم۔ کیلسیم۔ میگنیسیم۔ لیتھیم۔ فولاد ٭) اس لئے صحتِ کامل کے حصول یعنے سولہ کلا سمپورن ہونے کی غرض سے ایسی اشیاء خوراک میں شامل ہونی چاہئیں۔ جن میں یہ کیمیائی اجزاء موجود ہوں ٭

(۲) **"فزیکل" وصف** :- یعنے وہ اشیاء جن میں اجزاء مذکورہ اس مقدار میں ہوں۔ کہ شکم سیر ہونے پر ضروریات جسمانی کے لئے

کافی ہوسکیں *

(۳) "فزیولاجیکل" وصف :- اجزاء مذکورہ ایسی صورت میں ہوں۔ کہ قوت ہاضمہ وجاذبہ ان پر عمل کرسکے (مثلاً مٹی کا تیل ہضم نہ ہوسکنے کی وجہ سے کھانے کے کام نہیں آسکتا) *

(۴) "ایکونومیکل" وصف :- یعنے ایک تو قیمت کے لحاظ سے عام لوگ اس کو بآسانی خرید سکیں * دیگر اس کے ہاضمے اور جاذبے میں شکتی (انرجی) فضول طور پر ضائع نہ ہو *

## کھانا "پکانے" کے فوائد

(۱) ناقابل ہاضمہ اشیا کو اس قابل بنانا کہ بآسانی ہضم ہوسکیں۔ مثلاً نشاستہ پر اُبلنے سے پہلے بباعث "سیلولوز" کے غلاف کے تھوک کسی قسم کا کیمیائی عمل نہیں کرسکتا (باسی اشیاء کا ہاضمے میں نقص پیدا کرنا دیگر وجوہات پر مبنی ہے) (۲) جراثیم یعنے متعدی امراض کے اسباب کا فنا کرنا * یہی وجہ ہے۔ کہ اہل ہنود میں کچی اشیاء کی چنداں پروا نہیں کی جاتی۔ لیکن پکانے کے بعد چھوت چھات کا مسلہ شروع ہوجاتا ہے۔ نیز اسی اصول پر کسی کا جوٹھا کھانا ممنوع قرار دیا گیا ہے * (۳) غذا کو لذیذ اور ذائقہ دار بنانا بھی پکایا جانے کا خاص فائدہ ہے *

**نوٹ** :- چونکہ کسی شے کا جلنا اور کچا رہنا اس عمل کی افراط و تفریط ہیں۔ اس لئے عام طور پر نقصان دہ ہوتے ہیں *

## کھانے کی ضرورت کیوں ہوتی ہے؟

چونکہ حرکاتِ جسمانی سے ساختِ بدنی

بذریعہ کیمیائی عمل کے گھٹتی رہتی ہے۔ اور حرارت کا بذریعہ تنفس اور پسینے کی تبخیر وغیرہ کے ہر وقت اخراج ہوتا رہتا ہے۔ اِس لئے ان کی کمی کو پورا کرنے کے لئے غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ چنانچہ یہی وجہ ہے۔ کہ کاہل اشخاص کے مقابلے میں محنتی لوگوں کے لئے اور گرمیوں کی نسبت سردیوں میں زیادہ خوراک درکار ہوتی ہے۔ چونکہ دماغی کام جسمانی آرام سے ہی مشابہت رکھتا ہے اس لئے اہل دماغ کے لئے بہت تھوڑی غذا کی ہدایت کی گئی ہے۔ کیونکہ بقول ڈاکٹر چٹنڈن ایسے اشخاص کے لئے زیادہ غذا بجائے فائدہ کے اُلٹا نقصان کا باعث ہوتی ہے۔

## غذا کس مقدار میں کھانی چاہیئے؟

اُوپر لکھا جا چکا ہے کہ نہ صرف خود بخود پیدا ہو جانے والے کثیر التعداد امراض جسمانی کا باعث ہی غذا میں بد پرہیزی کرنا ہوتا ہے۔ بلکہ عقلی اور اخلاقی قواء بھی اس سے متاثر ہوتے ہیں۔ اِس لئے ہر شخص کا جسمانی اور دماغی صحت و قوت قائم رکھنے کے لئے یہ جاننا فرض اولے ہے۔ کہ اس کے جسم کو درحقیقت کس مقدار میں غذا کی ضرورت ہے؟ کیونکہ عادت کے طور پر کھانا اور بات ہے۔ اور جسمانی ضرورت کے لحاظ سے غذا کا عقلی بنیاد پر استعمال کرنا اور بات۔ عام طور پر لوگوں کے موجودہ کھانے کی حالت کا انحصار صرف عادت پر ہے۔ ورنہ تحقیق کیا جائے۔ تو شاید لاکھوں میں سے کوئی ایک ہوگا۔ جو کہ واقعی اپنی جسمانی ضروریات کا علم رکھتے ہوئے غذا کو اِس کے اصلی مقاصد کے لئے استعمال کرتا ہو۔ چنانچہ ایک امریکن عالم کا قول ہے۔ کہ "لوہے کے پھاوڑوں سے تو قبریں کھدا ہی کرتی

ہیں۔ مگر اکثر لوگ غذا میں غلطی کرنے کی وجہ سے اپنے دانتوں سے اپنی قبریں کھودتے ہیں۔" کیونکہ انسانی عمر جو سو برس سے بھی زیادہ تسلیم کی گئی ہے۔ اس میں سے اس نسل کے لوگ عموماً نصف تک بھی بمشکل حاصل کرتے ہیں + بہرحال غذا میں بدپرہیزی بلحاظ کمی بیشی کے دو صورتوں میں دیکھی جاتی ہے۔ سو ان دونو کا مختصر ذکر کرکے بعد میں "اعتدال" کا بیان کیا جائیگا +

**(۱) تفریط غذا** خوراک کے کم مقدار میں استعمال کئے جانے کی عالمگیر وجہ تو قحط و افلاس وغیرہ کا ہونا ہے۔ مگر خاص صورتوں میں کسی قسم کا رنج و غم یا مذہبی جنون کا جوش (روزے یا برت وغیرہ کی صورت میں) بھی کم خوری کا باعث ہوتا ہے + علاوہ ازیں لاعلمی سب مصائب کی جڑ ہے۔ یعنے باوجود ہر قسم کی غذا پا سکنے کے بھی یا تو انسان بباعث خاص قسم کی اغذیات کا عاشق ہونے کے دوسری اشیاء سے محترز رہتا ہے۔ جس کی وجہ سے مختلف اجزاء اغذیہ کی کمی اس کی خوراک میں جاگزین ہو کر اپنے متعلقہ امراض میں دامنگیر کر لیتی ہے + یا غذا کے اجزاء کی ناواقفیت کے باعث کھانے میں مناسب مرکبات کو جمع نہیں کرتا۔ نتیجہ بہرحال یکساں ہے۔ یعنے خوراک میں اگر اجزاء اغذیہ کی کمی ہو گی۔ تو عضلاتی کمزوری۔ لاغری۔ انیمیا اور سکروی وغیرہ کی بدولت جسمانی اور دماغی کمزوری کا ہونا لازمی امر ہے۔ جو کہ بتدریج ترقی پاتے ہوئے یا تو بذات خود ہی ہلاکت کا باعث ہوتی ہے (مرضِ فاقہ) یا قوت مقابلہ کے کم ہو جانے کی وجہ سے دیگر متعدی امراض کے اسباب کی قبولیت کا موجب بن کر باعثِ موت ہوتی ہے + اور اگر برخلاف اس کے خالص اجزاء اغذیہ کو ہی استعمال کیا جائے۔

یعنے خوراک میں "ناقابلِ جاذبہ" مادے کی کمی ہو۔ تو قبض اور اس کے متعلقہ بیماریاں یا آنتوں کے فعل کا بند ہو جانا موت کا کارن ہو سکتے ہیں۔ جس سے ان لوگوں کے خیال کی غلطی بھی روشن ہو جاتی ہے۔ جو کہ غذا کے جوہر نکال کر ان کی ٹکیہ بنانے کا موجد بننا چاہتے ہیں۔ کیونکہ ان کو معلوم رہنا چاہیئے۔ کہ خوراک میں "اجزاء غذا" اور "فضول مادہ" ہر دو کی کافی مقدار کا ہونا صحت قائم رکھنے کے لئے ضروری ہے ؀

یہ بات یاد رکھنے کے قابل ہے۔ کہ غذا کم کھانے کی صورت میں جسمانی ساختوں میں سے سب سے پہلے چربی کام آتی ہے۔ اس کے بعد زندگی کے لئے "کم ضروری اشیاء سے ضروری ساختوں تک" بربادی کا اثر پہنچتا ہے۔ حتےٰ کہ چالیس فیصدی وزن کم ہونے پر موت ہو جاتی ہے ؀

## (۲) افراط غذا

اگرچہ بھوک کا احساس (Desire for food appetite) جسمانی ضرورت (Need for food Hunger) کا حقیقی رہنما ہے۔ اور نگلنے کا آلہ (ریفلیکس آف ڈِگلوٹیشن) زیادہ کھانے سے روکنے کا دربان ہے۔ لیکن اوّل تو ذائقے کا حیوانی جذبہ غذا کے لذیذ ہونے پر زیادہ کھانے کا محرک ہوتا ہے۔ دیگر عادت کے طور پر یا دنیاوی کاروبار کی کسی خاص جلدی میں کھانے کو ٹھیک طور پر چبایا نہیں جاتا۔ جس کی وجہ سے نہ صرف نگلنے

۱؎ پروفیسر "فاسٹر" کی رائے ہے۔ کہ اچھی طرح چبا کر اور بخوبی تھوک ملا کر کھانے سے نہ صرف معمول سے بہت تھوڑی خوراک میں شکم سیری حاصل ہو جاتی ہے۔ بلکہ وقت پر بھوک کھل کر لگتی ہے۔ قوت ذائقہ تیز ہو جاتی ہے۔ سادہ غذائیں اچھی لگتی ہیں۔ گوشت سے نفرت ہو جاتی ہے۔ طبیعت کی درستی اور کام کی قابلیت بڑھ جاتی ہے ؀ چنانچہ ان مقاصد کو حاصل کرنے کے لئے ایک لقمے کو ... چبانا ... گیا ہے

کا آلہ ہی صحیح کام نہیں دیتا۔ بلکہ ہاضمہ کی طاقت بھی خراب ہو جاتی ہے۔ اور بہت سے ضروری اجزاء خوراک بغیر ہضم اور جذب ہونے کے فضلے کے ساتھ ہی خارج ہو جاتے ہیں۔ گویا انسان ایک خاص حصۂ غذا کے اصلی فوائد سے محروم رہتا ہے۔ اس لئے ذیابطیس کے مریض کی طرح اس کمی کو پورا کرنے کی غرض سے بھی غذا کے زیادہ کھانے کی خواہش بنی رہتی ہے۔ چونکہ انسان عادت کا غلام ہے۔ اس لئے نسلاً بعد نسلاً یہ وجوہات یہاں تک اثر انداز ہوئی ہیں۔ کہ حالات موجودہ میں تحقیق کرنے پر تقریباً ہر ایک آسودہ حال شخص اپنی اصلی ضروریات جسمانی سے بہت زیادہ غذا استعمال کرنے کا عادی ثابت ہوتا ہے (جیسا کہ اہل امریکہ میں "قومی بیماری" بدہضمی اور انگریزوں میں نقرس کا ہونا ظاہر کرتا ہے)۔ بلکہ یہ ایک عام خیال ہو رہا ہے۔ کہ صحت اور طاقت کی ترقی کے طالب کو غذا کا بڑھانا لازمی ہے۔ بمصداق :- "کھائے سیر تو بنے شیر"۔ حالانکہ اس میں درستی نام کو بھی نہیں۔ بلکہ برخلاف اس کے ضرورت جسمانی سے زیادہ غذا کا استعمال نہ صرف فضول خرچی میں ہی داخل ہے۔ بلکہ ضرورت سے کم استعمال کی طرح صحت جسمانی کے لئے بھی سخت مضر اور نقصان رساں فعل ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ عام طور پر امیروں کے جسم کی حالت غریبوں کے مقابلے میں ناقص ہوتی ہے گویا جو شخص اپنی قدرتی ضرورت سے زیادہ غذا کھا کر "ان دیوتا" کی تحقیر کرتا ہے۔ اس گناہ کا معاوضہ اس کو مختلف امراض کی صورت میں بھگتنا پڑتا ہے۔ چنانچہ جسم میں زیادہ خوراک جانے کے تین نتائج ہوتے ہیں :- (۱) خارج ہو جانا (۲) نہ خارج ہونا اور نہ ہی جذب ہونا۔ (۳) جذب ہو جانا۔ ان میں سے پہلی صورت میں تو جسمانی اور عصبی طاقت

کاہی بیفائدہ نقصان ہوتا ہے + لیکن دوسری صورت میں علاوہ اس کے کیمیائی تغیرات کی بدولت مرکبات کا ٹوٹنا اور خمیر یا سڑاند شروع ہو جاتی ہے۔ جس سے کاربانک ایسڈ۔ کاربیوریٹیڈ ہائیڈروجن اور ہائیڈروجن سلفائیڈ نامی ہوائیں بن جاتی ہیں۔ اور بدہضمی قبض و خراش (جس سے اسہال لگ جاتے ہیں۔ لیکن ہمیشہ آنتوں کو خالی نہیں کرتے) کا باعث ہوتی ہیں + بعض اوقات قدرے سڑے ہوئے مادے جذب ہو جاتے ہیں۔ جس سے خون کے زہر کی علامات نمودار ہوتی ہیں۔ مثلاً حرارت کا بڑھ جانا۔ زبان میلی۔ تنفس بدبودار طبیعت کا سُست اور بھاری ہونا۔ گاہے گاہے یرقان)۔ انیمیا اور کلوروسس وغیرہ بھی ہو جاتے ہیں + غالباً اسی قسم کے مریضوں کے معالجے کی بدولت عام طور پر طبیب لوگ ہر قسم کی بیماری میں مسہلات دینے کے عادی ہو رہے ہیں۔ اور عوام الناس کی غلطی کی وجہ سے امید ہے۔ کہ یہ طریقہ ہمیشہ کے لئے جاری بھی رہیگا + (۳) تیسری صورت میں جبکہ ضرورت سے زیادہ غذا جذب ہو جاتی ہے۔ تو ہر ایک جزو اپنی زیادتی کا نقص صحت میں پیدا کرتا ہے۔ یعنے نائٹروجی نس اجزاء کی زیادتی سے تو جگر اور گُردوں کے فعل میں فتور واقع ہوتا ہے۔ اور خون میں یورک ایسڈ وغیرہ کی مقدار زیادہ ہو کر نقرس وغیرہ امراض لاحق ہو جاتے ہیں۔ کیونکہ نائٹروجن کے بکثرت جذب ہونے پر اگر اسی وقت اس کے مناسب ورزش نہ کی جائے۔ تو آکسیجن اور نائٹروجن کی نسبت میں فرق آجانے کی وجہ سے "آکسیڈیشن" کے عمل میں نقص آجاتا ہے۔ اور اس نامکمل "آکسیڈیشن" کے باعث یا تو خاص زہریں جسم میں رُک جاتی ہیں۔ یا خارج کرنے والے اعضاء میں جو کہ اپنی قدرتی حالت کے نامناسب

اشیاء کو باہر نکال لیتے ہیں۔ خراش پیدا کر دیتی ہیں ✤ اور نشاستہ و روغنی اشیاء کی زیادتی سے بباعث نائٹروجی نس ساختوں کے تبادلے میں دیری ہونے کے تمام ساختوں میں چربی داخل ہوکر موٹا کر دیتی ہے۔ جو کہ اگر ضروری اعضاء مثلاً دل وغیرہ میں داخل ہوجائے۔ تو زندگی کو بھی نقصان پہنچاتی ہے ✤ نیز کاربوہائیڈریٹس کے کثرت استعمال سے ہاضمہ میں فتور۔ ترشی۔ صفرا اور ریح کی زیادتی ہوجاتی ہے ✤ غرضیکہ مختلف اجزاء اغذیہ تو اپنی اپنی زیادتی کے علیحدہ علیحدہ نقصان رساں اثر ظاہر کرتے ہیں۔ اور اگر سب کو ملا کر مجموعی طور پر زیادہ کھانا کھایا جاوے۔ جس میں فضول مادہ بھی زیادہ ہو۔ تو قے اور اسہال یا بدہضمی وغیرہ مختلف امراض فی الفور مُنہ دکھاتے ہیں۔ پس صحت کو قائم رکھنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ غذا کی مقدار اور اوصاف میں اعتدال رکھا جاوے:۔

سے نہ چنداں بخور کز دہانت برآید ✤ نہ چنداں کہ از ضعف جانت برآید

۱؎ چونکہ اپنے اپنے خاص کام کے علاوہ ہر ایک عضو کا "جنرل میٹابولزم۔" (عام جسمانی تغیرات) پر بھی خاص اثر پڑتا ہے اس لئے غذا کے زیادہ استعمال کی صورت میں "لبلبہ" کی طاقت حد سے زیادہ صرف ہوجانے پر (جو کہ غذا کے تمام اجزاء کو ہضم کرتی ہے) بیرونی رطوبت کی کمی پر تو بدہضمی ہوجاتی ہے۔ لیکن اندرونی رطوبت کے دوران خون میں نہ پہنچنے کی وجہ سے ذیابیطس کا مرض ہوجاتا ہے۔ جیسے "تھائرائیڈ" گلٹی کے نکال لینے سے "مکسی ڈیما" اور سوپرا نیل کیپسول کے نقص سے "ایڈیسنز ڈیزیز" نامی بیماری ہوجاتی ہے ✤ یا خصیتوں کے نکال لینے سے علاوہ نشوونما میں نقص آنکی شکل وصورت میں بھی فرق آجاتا ہے ✤ اسی قسم کی اندرونی رطوبت ورجنین" سے پیدا ہوکر حاملہ کے خون میں ملتی اور وضع حمل کے بعد دودھ پیدا کرنے کا باعث ہوتی ہے کیونکہ تجربہ سے معلوم ہوا ہے کہ اگر ایک حاملہ مادہ خرگوش کے پیٹ سے جنین کو نکال کر اس کا تھوڑا تھوڑا حصہ کسی دوسری کنواری مادہ خرگوش کے خون میں بذریعہ پچکاری کے داخل کریں۔ تو اسکو پستان بڑھ [illegible] دودھ پیدا کرتی ہیں

## (۳) اعتدال غذا

اگرچہ اس امر کا فیصلہ کرنا نہایت مشکل ہے کہ در اصل انسان کے واسطے کس قدر غذا کی ضرورت ہے؟ کیونکہ مختلف حالات میں رہنے کی وجہ سے نہ صرف مختلف اشخاص کو ہی مختلف مقداریں اجزاء خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ بلکہ ایک ہی آدمی کو عمر۔ موسم اور کام کی کمی بیشی کے لحاظ سے مقدار غذا میں فرق کرنا ہوتا ہے۔ تاہم چونکہ ساخت جسمانی کا انحصار زیادہ تر نائٹروجن[۱] پر اور حرارت و قوت کا دارومدار کاربن پر ہے۔ اس لئے ان دونو کے "میٹابولزم[۲]" کو سمجھ کر ہر شخص اس قابل ہو سکتا ہے۔ کہ اپنے جسم کی ضروریات کے مناسب غذا کی مقدار قائم کر سکے ٭ دیگر اجزاء خوراک سے مکمل واقفیت کے خواہشمندوں کو "مضمون غذا" پر خاص کتابیں مطالعہ کرنی چاہیئیں ٭ علم کیمیا سے ظاہر ہے۔ کہ جب چراغ روشن ہوتا ہے۔ تو روغن کا کاربن ہوا سے آکسیجن لیکر جلتا ہے جس کو (Combustion) کہتے ہیں۔ جس طرح لیمپ کے جلنے سے گرمی اور روشنی حاصل ہوتی ہے۔ ویسے ہی جسم انسان میں جو عمل "سوختہ" ہوتا رہتا ہے (کیونکہ آکسیجن پھیپھڑوں کے راستے جسم میں داخل ہوتی ہے۔ اور غذا کی کاربن و ہائیڈروجن سے مل کر کاربانک ایسڈ اور پانی بناتی ہے) اس سے پیدا شدہ حرارت ہماری جسمانی گرمی کے قائم رکھنے میں خرچ ہوتی ہے۔ اور بجائے روشنی کے جسم انسان میں طاقت (جسمانی و دماغی) پیدا ہوتی ہے ٭ چونکہ ورزش یا زیادہ کام کرنے میں

---

[۱] جس طرح ہوا میں نائٹروجن کی مقدار زیادہ تر ہوتی ہے ویسے ہی انسانی جسم کا حال ہے

[۲] میٹابولزم سے مراد ان کیمیائی تبدیلیوں سے ہے جو کہ زندہ اجسام میں واقع ہوتی رہتی ہیں ٭

سانس کے ساتھ حرارت اور رطوبت کا زیادہ خارج ہونا کاربن اور ہائیڈروجن کے زیادہ خرچ کا مظہر ہے۔ اس لئے ضروری ہے۔ کہ کاہل شخص کی نسبت محنتی شخص روغنی اشیاء اور کاربو ہائیڈریٹس کا زیادہ استعمال کرے + گویا تھکے ہوئے شخص کے لئے گھی اور میٹھا ملا کر کھانے کے ساتھ دینا تکان دُور کرنے کے لئے بہترین نسخہ ہے (یہی وجہ ہے کہ پنجاب میں عام طور پر دُور کا سفر کر کے آنے والے میہمان کو پہلے کھانے میں مٹھائی وغیرہ اشیاء کے کھلانے کا رواج دیکھا جاتا ہے۔ حالانکہ موجودہ زمانے میں جبکہ بجائے پیدل چلنے کے عام طور پر ریل گاڑی کی سواری میں سفر کیا جاتا ہے۔ یہ ایک غلطی کہی جا سکتی ہے) نیز "فزیالوجی" کے مطالعہ سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ گھی اور شکر کھانے والے اشخاص عضلاتی کام کرنے میں اپنے ساتھیوں سے جو کہ ان اشیاء کے استعمال سے محروم ہوتے ہیں۔ ہمیشہ سبقت لے جاتے ہیں۔ گویا بغیر تکان کے زیادہ کام کر سکتے ہیں + برخلاف ان کے نائٹروجی نس غذا کی گو بچپن میں زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ جبکہ نئی ساختیں بننے کا زور ہوتا ہے۔ لیکن جوانی کے ایام میں بمقابلہ آرام کے ورزش یا کام کرنے سے نائٹروجن کے خرچ میں خفیف سی زیادتی ہوتی ہے جو کہ کثرتِ کار کی نسبت سے بالکل ناقابل توجہ ہے۔ جیسا کہ یُوریا کے اخراج سے ثابت ہوتا ہے۔ اس لئے غذا میں بھی اس کی تھوڑی سی ہی زیادتی کی ضرورت ہوتی ہے + کیونکہ دراصل جس وقت "طاقت" کا ظہور ہوتا ہے۔ تو نائٹروجی نس ڈھانچہ خواہ کسی عضو کا بھی ہو۔ صرف ایسے "سٹیج" (تماشاگاہ) کا ہی کام دیتا ہے۔ جس پر دوسرے "ایکٹر" (نان نائٹروجی نس) کھیل کرتے ہیں +

صرف مندرجہ ذیل وجوہات ہیں۔ جن سے ثابت ہوتا ہے۔ کہ

ورزش سے "نائٹروجی نس میٹابولزم" میں بھی قدرے زیادتی ضرور ہوتی ہے:۔

(۱) اعصاب عضلات۔ گلٹیوں کے "سیلز" مختلف عروق جسمانی میں بہنے والے "سیلز"۔ منی اور خصیتہ الرحم کے "سیلز" غرضیکہ ہر ایک عضو جسمانی جس میں کسی قسم کی بھی شکتی (حرارت۔ مکینیکل حرکت کیمیائی یا برقی حرکت وغیرہ) ظہور پذیر ہوتی ہے۔ نائٹروجی نس ساخت رکھتا ہے ÷

(۲) "نان سیلولر" رطوبتیں بھی جو کہ کھانے کی نالی کے مختلف مقامات میں سے نکل کر غذا کے ہضم کرنے میں کئی قسم کے خاص اثر رکھتی ہیں۔ نہ صرف نائٹروجی نس ہی ہوتی ہیں۔ بلکہ ان کا لگاتار اخراج پانا بھی نائٹروجن کی ضرورت پر دلالت کرتا ہے۔ کیونکہ اس عمل کے باقاعدہ جاری رہنے کا انحصار نائٹروجن کے ہی استعمال پہ ہے۔ ورنہ غذا میں نائٹروجی نس اجزاء کے نہ شامل کرنے پہ گویا یک فعل بند نہ ہو (کیونکہ ہر ایک جسم میں کسی قدر نائٹروجن کا گودام جمع رہتا ہے۔ جو کہ بوقت ضرورت کام آتا ہے) لیکن لگاتار خاص عرصہ تک ان کو غذا میں نہ داخل کیا جائے۔ تو بہت سے افعال رک جاتے ہیں ÷

(۳) آکسیجن کے جاذبے کا انحصار بھی نائٹروجی نس مادے کی موجودگی بلکہ خاص نسبت پر ہے ÷

(۴) اظہار "شکتی" کے لئے نائٹروجی نس مادہ ہی بحثیت "ڈائریکٹر" (ہادی) کے کام دیتا ہے ÷

ان وجوہات سے لازمی ٹھہرتا ہے۔ کہ کثرت ورزش کی صورت میں معمول کی نسبت کھانے میں

قدرے[۱] "نائٹروجی نس"[۲] اجزاء کی بھی زیادتی کی جاوے +
ڈاکٹر[۲] چٹنڈن (امریکہ کی فزیو جیکل سوسائٹی کے پریزیڈنٹ)

---

بمد ۱ جو لوگ ورزش کرنے والوں کے لئے گوشت کی صورت میں نائٹروجی نس اجزاء کے زیادہ استعمال کی ہدایت کرتے ہیں۔ وہ سخت غلطی پر ہیں۔ کیونکہ در حقیقت ورزش یا زیادہ کام کرنے والوں کے لئے گوشت کی ضرورت نہیں۔ بلکہ برخلاف اس کے گوشتخوروں کے لئے ورزش زیادہ کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ورنہ اس کے زہریلے اثر سے نقصان اٹھانا پڑتا ہے۔ کیونکہ آکسیجن کا کام کاربن کو کاربانک ایسڈ ($CO_2$) ہائیڈروجن کو پانی ($H_2O$) اور پروٹیڈز کو مختلف صورتوں میں سے گزار کر یوریا ($CON_2H_4$) بنانا ہے۔ لیکن چونکہ کاربوہائیڈریٹس (سٹارچ = $C_6H_{10}O_5$) گلیکوز = $C_6H_{12}O_6$ لیکٹوز ($C_{12}H_{22}O_{11}$) میں ہائیڈروجن کو آکسی ڈائیز کرنے کے لائق کافی آکسیجن ہوتی ہے۔ اس لئے نباتاتی غذا (جس میں سٹارچ یا دیگر کاربوہائیڈریٹس کی کثرت ہوتی ہے) کھانے والوں کے لئے تو آکسیجن کی کم ضرورت ہوتی ہے۔ مگر پروٹیڈز

| | C | H | N | O | S | P |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 50.6 | 6.5 | 15. | 21.50 | .3 | .42 |
| to | 54.05 | 7.3 | 17.6 | 23.50 | 2.2 | .85 |

اور روغنی اشیاء (فیٹی ایسڈز = پالمیٹک ایسڈ $C_{15}H_{31}COOH$ اولیک ایسڈ $C_{17}H_{33}COOH$ سٹیرک ایسڈ $C_{17}H_{35}COOH$ + گلیسرین $C_3H_5(OH)_3$) میں اس کی پہلے ہی کمی ہوتی ہے۔ اس لئے ان کے پورے طور پر آکسی ڈائیز کرنے کے لئے زیادہ آکسیجن کی ضرورت ہوتی ہے۔ گویا نہ صرف روغنی اشیا کے زیادہ استعمال کرنے والے کو ہی زیادہ ورزش کی ضرورت ہوتی ہے (ورنہ ساختوں میں چربی کے جمع ہو جانے کا احتمال ہے) بلکہ پروٹیڈز کے کثرت استعمال کی صورت میں کبھی آرام کرنا زہر کھانے کے مشابہ ہے (کیونکہ ان کے اجزا ٹوٹنے پر کئی قسم کے مہلک زہروں کی صورت میں اثر کرتے ہیں۔ اگر فی الفور آکسی ڈائیز نہ ہوتے جائیں) اس مضمون پر زیادہ تفصیل سے آگے لکھا جاویگا +

بمد ۲ میڈیکل کالج کلکتہ کے پروفیسر مکیے صاحب کے خیال میں مد چٹنڈن کی مجوزہ مقدار غذا کم ہے۔ کیونکہ جسم اپنے سیلز میں محفوظ نائٹروجن بھی رکھتا ہے۔ جس کے کم ہونے پر مد صحت و قوت مقابلہ امراض حد اعتدال سے نیچے گر جاتی ہے۔ چنانچہ آپ کی رائے میں انگریزوں وغیرہ کا وبائی امراض سے محفوظ رہنے کا باعث نائٹروجی نس اغذیات کا زیادہ استعمال ہی ہے۔ نیز سپاہیانہ بہادری کا انحصار زیادہ تر نائٹروجن کے ۱۲ یا ۱۳ گرام میٹابولزم پر ہی مشاہدہ میں آتا ہے + بنگالی و اودھ وغیرہ کے جیلخانوں کی خوراک کی تحقیقات کر کے پر آپ نے غریبوں کے لئے بہترین غذا حاصل کرنے کے لئے یہ خوراک تجویز فرمائی ہے :- (گیہوں درجہ اول ۱۰½ چھٹانک۔ دال ارہر ۲ چھٹانک۔ سبزی ۳ چھٹانک

جنہوں نے پرانے مسلمات یعنے ڈاکٹر وائٹ وغیرہ کی قایم کردہ "مقدار غذا" میں اپنے نئے طریق تحقیقات سے ایک انقلاب پیدا کر دیا ہے۔ اپنی تصنیف "فزیولاجیکل ایکانومی ان نیوٹریشن" میں ذاتی تجربات کی بنیاد پر نوع انسان کے تین شعبے قائم کر کے مندرجہ ذیل مقدار میں اجزاء خوراک ضروریات جسمانی کے لئے کافی قرار دیتے ہیں:۔

(۱) دماغی کام زیادہ کرنے والے مگر جسمانی کم مثلاً کالج کے پروفیسر:۔ اتنی غذا جس میں ۵ سے ۷ گرام نائٹروجن ہو اور ۲۲۰۰ سے ۲۴۰۰ کیلوریز حرارت پیدا کر سکے۔

(۲) دماغی کام کی نسبت جسمانی کام زیادہ کرنے والے مثلاً فوجی سپاہی:۔ اتنی غذا جس میں ۵ سے ۷ گرام نائٹروجن ہو اور ۲۴۰۰ سے ۲۸۰۰ کیلوریز حرارت پیدا کر سکے۔

(۳) جسمانی ورزش بہت زیادہ کرنے والے مثلاً پہلوان لوگ اتنی غذا جس میں ۸ سے ۱۰ گرام نائٹروجن ہو اور ۲۸۰۰ سے ۳۲۰۰ کیلوریز حرارت پیدا کر سکے۔

---

بقیہ از حاشیہ (صفحہ ۱۲۱) کیونکہ اس طرح پر ۲۵ر۱۶ سے ۱۲ر۱۳ گرام نائٹروجن (۲ء۴ گرام فیصدی پروٹین) جذب ہوگی۔ اور ۸ر۵۳۲ گرام کاربو ہائیڈریٹ تو ۲۸۱۰ کیلوریز (۵ء۴۰ کیلوریز فی کیلو وزن) کا اظہار ہوگا۔ دراثنائیکہ واٹ صاحب جن کی مقرر کردہ غذا یورپ میں مروج ہے۔ ۸۸ر۱۸ گرام نائٹروجن جس میں سے ۸۰ء۱۶ گرام (۹۱ء۷۸ فیصدی) جذب ہو۔ اور ۵۰۰ گرام کاربو ہائیڈریٹ وغیرہ سے ۳۰۰۰ کیلوریز = ۴۰ کیلوریز فی کیلو وزن) حرارت پیدا ہو) کے استعمال کی ہدایت فرماتے ہیں۔ بہر حال ڈاکٹر ہیگ کی رائے میں ۱۰ء۶ گرام نائٹروجن اور ۴۵ کیلوریز فی کیلو وزن جسمانی کے حساب سے کاربو ہائیڈریٹ خوراک میں شامل ہونا چاہئے۔

(" کیلوری" سے مراد اس مقدار حرارت سے ہے۔ جو کہ ایک کیلو پانی کو ۱ درجہ سنٹی گریڈ یا ۱ پونڈ پانی کو ۴ درجہ فارن ہائیٹ اونچا کرے جسم کے اندر بلحاظ ایک اونس غذا کے آکسیجن ملنے پر مندرجہ ذیل مقدار کیلوریز کی پیدا ہوتی ہے:۔ پروٹیڈ = ۱۱۶ کیلوریز + روغن = ۲۶۴ کیلوریز + کاربوہائیڈریٹ = ۱۱۶ کیلوریز۔ اور اگر فی گرام کے لحاظ سے حساب کیا جائے۔ تو:۔ ۱ گرام کاربوہائیڈریٹ = ۱ء۴ کیلوریز + روغن = ۳ء۹ کیلوریز + پروٹیڈز = ۱ء۴ کیلوریز +)۔

(۲) ایک دوسرے محقق کے خیال میں غذا کی مقدار قائم کرنے کے لئے کاربانک ایسڈ کے اخراج کو مدنظر رکھنا چاہیئے۔ مثلاً ایک مکعب فٹ کاربانک ایسڈ گیس کی پیدائش ۱۶۰ فٹ ٹن پوٹینشل انرجی" (مخفی طاقت) کے مساوی ہوتی ہے۔ اور ہر شخص اوسطاً ۱۵ مکعب فٹ کاربانک ایسڈ ۲۴ گھنٹے میں خارج کرتا ہے اس لئے جسمانی حرارت اور قیام زندگی کے لئے ۲۴۰۰ فٹ ٹن پوٹینشل انرجی کی ضرورت ہے۔ چونکہ ایک اونس خشک البیومینائڈ ۱۷۳ فٹ ٹن ایک اونس روغنی اشیاء ۳۷۸ فٹ ٹن۔ اور ایک اونس کاربوہائیڈریٹ ۱۳۵ فٹ ٹن پوٹینشل انرجی پیدا کرتے ہیں۔ اس لئے عام خوراک یوں ہو گی:۔ (البیومن = ۲½ اونس + روغن = ۱ اونس + کاربوہائیڈریٹ = ۱۳ اونس) = ۳۰۴۰ فٹ ٹن +

چونکہ ورزش کی صورت میں کاربانک ایسڈ ایک مکعب فٹ فی گھنٹہ سے زیادہ خارج ہوتی ہے۔ اور تقریباً آٹھ گھنٹے آدمی کام کرتا ہے۔ نیز تقریباً ¹⁄₁₀ حصہ غذا کا بغیر ہاضمہ کے اخراج پا جاتا ہے اس لئے غذا کی مقدار قائم کرنے میں ان امور کی نسبت سے بھی بڑھانا ضروری ہے +

(۳) تیسرا قاعدہ غذا کی مقدار قائم کرنے کے لئے یہ بیان کیا گیا ہے۔ کہ ہوا کی حرارت سے اندازہ لگایا جاوے۔ مثلاً اگر ہوا کی حرارت ۵۰ درجے فارن ہائیٹ ہو۔ تو ہوا اور انسان کی گرمی میں ۴۸ درجے کا فرق رہا۔ اس لئے اگر اس کو بھی پانی کی طرح حرارت کو جذب کرنے اور ضائع کرنے والا سمجھیں۔ تو ۹۸ درجہ کی حرارت قائم رکھنے کے لئے ۱۵۰ پونڈ کے آدمی کو ( $\frac{150 \times 48 \times 772}{2240}$ = ) تقریباً ۲۴۹۰ فٹ ٹن کی ضرورت ہوگی (۷۷۲ سے مراد "انرجی" کے اُن فٹ پونڈ کی تعداد سے ہے۔ جو کہ ایک پونڈ پانی کو ایک درجہ فارن ہائیٹ کی حرارت زیادہ کرے) یہ خیال رہے کہ کاربو ہائیڈریٹ کی بہت سی مقدار خمیر کے عمل میں ہوائیں بن کر ضائع بھی ہو جاتی ہے۔ جن کا اندازہ لگانا مشکل ہے ؛

(۴) مقدار غذا کے متعلق ڈاکٹر ہیگ یہ لکھتے ہیں کہ مشاہدات سے چونکہ یہ پایا جاتا ہے۔ کہ کھانے سے تین چار گھنٹے بعد جوں جوں دیر ہوتی جاتی ہے۔ یُوریا کا اخراج بتدریج کم ہوتا جاتا ہے۔ اور انسان پر کمزوری وارد ہوتی جاتی ہے۔ لیکن جب پھر کھانا کھا لیا جاتا ہے۔ تو گھنٹے ڈیڑھ گھنٹے کے بعد (جبکہ ہاضمہ و جاذبہ کا عمل ہو کر ساختہ و سوختہ تک نوبت پہنچتی ہے) پھر یُوریا کی مقدار بڑھنے لگتی ہے۔ جس کے ساتھ طاقت بھی ظہور پکڑتی ہے۔ اس لئے ثابت ہوتا ہے۔ کہ یُوریا کا اخراج طاقت بدنی کا حقیقی مظہر ہے ؛ علاوہ ازیں واقعات یہ بھی شہادت دیتے ہیں۔ کہ بلحاظ عمر کے یُوریا کے اخراج میں فرق پایا جاتا ہے۔ چنانچہ بچّوں میں فی پونڈ وزن جسمانی کے حساب سے آٹھ دس گرین۔ جوانوں میں تین ساڑھے تین گرین۔ اور بوڑھوں میں صرف ۲ گرین خارج

ہوتا ہے۔ اس لیئے بھی یوریا[1] ہی غذا کی مقدار قایم کرنے میں ہمارا رہنما ہونا چاہیئے + بہرحال مقدار غذا میں دو امور مدنظر رکھنے چاہیئں :-

"ا"۔ چونکہ اگرین یوریا ۳ گرین ایلبیومن کے مٹیابولزم کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اس لیئے جس قدر یوریا روزانہ خارج ہو۔ اس سے تین گونہ ایلبیومن کی مقدار روزانہ غذا میں جذب ہونے کے لائق شامل ہو۔ ورنہ کم ہونے کی صورت میں تو کمزوری رونما ہوگی۔ (کیونکہ اس غذا کی کمی کو اپنے گوشت کی تحلیل سے پورا کرنا پڑیگا) اور زیادہ ہونے پر علاوہ دیگر طاقتوں کے فضول خرچ ہونے کے یورک ایسڈ (جو کہ یوریا کی نسبت $\frac{1}{45}$ حصہ پیدا ہو کر غذا کی ٹھیک مقدار ہونے کی حالت میں کُل خارج ہو جاتا ہے) نظام جسمانی میں جمع ہو کر مضر صحت نتائج پیدا کریگا +

"ب"۔ چونکہ قیام صحت اور قوت برداشت کی غرض سے دورانِ خون کا ایسا درست رکھنا لازمی ہے۔ کہ وہ ساختوں میں ایلبیومن کو باسانی پہنچا سکے۔ اور فاسد مادوں کو خارج کر سکے۔ مگر یورک ایسڈ ایسے دوران میں سدراہ ہوتی ہے۔ اس لیئے ایلبیومن کے زیادہ استعمال کی ممانعت کے علاوہ ایسی اشیاء سے بھی بطور غذا استعمال کرنے کے پرہیز رکھنا لازمی ہے۔ جن میں یورک ایسڈ یا ہیچو دیگر زہریلے مادے موجود ہوں +

مطلب مختصر یہ کہ نہ صرف بلحاظ مقدار کے ہی ایلبیومن اس قدر

[1] چونکہ گوشتخوروں کے پیشاب میں نائٹروجی نس مادہ زیادہ پایا جاتا ہے۔ اور سبزی خوروں کے پاخانے میں۔ اس لیئے ڈاکٹر فولن صاحب کا خیال ہے۔ کہ یوریا کا زیادہ اخراج پروٹین کے کثرتِ استعمال پر منحصر ہے۔ دراصل اس کی چنداں ضرورت نہیں +

کھانی چاہیئے۔ جو کہ روز کے خارج شدہ یوریا کی نسبت کو قائم رکھے۔ بلکہ بلحاظ اوصاف کے ایلبیومن کا منبع بھی ایسا ہونا چاہیئے۔ جو کہ یورک ایسڈ وغیرہ زہریلے مادوں سے پاک ہو۔ مثلاً دودھ یا اس کے مرکبات ودہی وغیرہ۔ (۲) روٹی بنانے کے اناج گیہوں مکئی وغیرہ (۳) باغ کی سبزیاں اور آلو وغیرہ (۴) باغ کے پھل سیب وانگور وغیرہ (۵) خشک پھل (۶) بادام۔ اخروٹ۔ چلغوزے۔ اناناس۔ مونگ پھلی وغیرہ ÷

اسی طرح پر اور بھی کئی ایک طریقے "مقدارِ غذا" قائم کرنے کے لئے بیان کئے گئے ہیں۔ جن کو بخوف طوالت نظر انداز کیا جاتا ہے ÷ مختصر طور پر غذا چننے کی قابل غور شرائط یہ ہیں:۔ (۱) عمر کے لحاظ سے دس برس کا لڑکا عورت سے نصف اور ۱۴ برس کا عورت کے برابر کھانا کھا سکتا ہے (۲) جنس کے لحاظ سے عورت مرد کی نسبت آٹھواں حصہ کم کھاتی ہے (۳) غذا کے اجزاء اوصاف و مقدار کے لحاظ سے کافی ہوں (۴) چونکہ عام طور پر اجزاء غذا میں سے سٹارچ ۱/۲ حصہ۔ حیوانی پروٹین ۱/۱۰ حصہ۔ نباتاتی پروٹین ۱/۳ حصہ بغیر ہضم ہونے کے خارج ہو جاتا ہے گویا کیمائی اجزاء کے برابر مادہ پرورش قرار دینا ایک قسم کی غلطی ہے۔ اس لئے بقول ڈاکٹر میکے مقدار غذا اتنی ہو۔ کہ "پروٹین میٹابولزم" کافی مقدار میں ہو سکے۔ کیونکہ کسی بھی دو اشیاء میں کیمیائی ترکیب کے لحاظ سے مساوی وزن پروٹین ہونے پر ایک سے زیادہ جذب ہوتی ہے۔ دوسری سے کم ۱۰ اور اشیاء خوراک ایسی ہوں۔ کہ ان میں قابلِ ہاضمہ و جاذبہ پروٹین حتےٰ الامکان کم ہو۔ اور کاربو ہائیڈریٹس ضرورت سے زیادہ نہ ہوں۔ ورنہ سٹرانداور

خمیر کے سامان بکثرت آنتوں میں جذب ہو کر نقصان کا باعث ہونگے نیز دال دو ڈھائی چھٹانک سے زیادہ نہ ہو۔ کیونکہ اس سے زیادہ ہونے پر ہاضمہ کی نالی ٹھیک طور پر جذب نہیں کر سکتی ⁂

(۵) اگرچہ خوراک کے کیمیائی مرکبات کی مقدار سے وہ مقدار جو کہ پاخانہ کے راستے خارج ہوتی ہے۔ تفریق کرنے پر غذا کی جذب شدہ مقدار کا پتہ لگ سکتا ہے۔ لیکن چونکہ نہ صرف کاربوہائیڈریٹس ہی خاص مقدار میں آنتوں میں خمیر پاکر کاربانک ایسڈ۔ ہائیڈروجن ایسی ٹک ایسڈ و لیکٹک ایسڈ وغیرہ مرکبات کی صورت میں بدل کر جسم کے کسی کام نہ آتے ہوئے۔ بلکہ اُلٹے شکتی کے نقصان کا باعث ہوتے ہوئے اخراج پاتے یا جذب ہو جاتے ہیں بلکہ پروٹین کی بھی خاص مقدار سڑاند کے عمل میں انڈال و سکٹیال وغیرہ زہریلے مرکبات کی صورت میں بجائے مفید ہونے کے اُلٹا نقصان دینے کے لئے جذب ہوتی اور اکثر پیشاب کے راستے خارج ہونے پر نظر آتی ہے۔ اس لئے غذا کی اس اصلی مقدار کا جو کہ واقعی تغیر پذیر ہوتی ہوئی جسمانی پرورش اور طاقت کا باعث بنتی ہے۔ صحیح فیصلہ صرف اسی صورت میں ہو سکتا ہے۔ جبکہ یوریا اور کاربانک ایسڈ کی خارج شدہ مقدار اور ہوا کی حرارت و رطوبت وغیرہ کا اندازہ کیا جاوے ⁂

اب ہم عام طور پر خوراک کے استعمال میں لائے جانے والی اشیاء کے کیمیائی مرکبات اور اُن کے جذب ہونے کی فیصدی مقدار کا نقشہ ذیل میں درج کرتے ہیں۔ تاکہ ناظرین میں سے ہر ایک بآسانی اپنے لئے مناسب غذا تجویز کر سکے ⁂

| نمبر | نام شے غذا | پروٹین | کاربوہائیڈریٹ | روغن | معدنی نمک | مقدار حرارت یعنی کیلوریز فی اونس | پروٹین کے جذب ہونے کی مقدار |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | خالص دودھ گائے کا | ۳ر۵ | ۴ر۸ | ۳ر۶ | ۰ر۷ | ۱۷ر۸ | ۹۵ سے ۹۸ فیصدی |
| ۲ | ″ گیہوں | ۱۱ر۹ | ۷۳ر۰ | ۱ر۵ | ۱ر۸ | ۱۰۲ر۹ | ۸۰ر۴ ″ |
| ۳ | ″ مکئی | ۹ر۵ | ۶۸ر۵ | ۳ر۵ | ۳ر۵ | ۹۳ر۸ | ۸۰ر۵ ″ |
| ۴ | ″ چاول | ۶ر۸ | ۷۸ر۸ | ۰ر۸ | ۱ر۳ | ۱۰۱ر۹ | ۷۸ر۰ ″ |
| ۵ | ″ جو (بغیر چھلکے) | ۸ر۹ | ۷۶ر۱ | ۱ر۹ | ۲ر۰ | ۱۰۳ر۷ | ۵۷ر۴ ″ |
| ۶ | ″ باجرا | ۸ر۷ | ۷۳ر۴ | ۴ر۷ | ۲ر۰ | ۱۰۸ر۰ | ۴۹ر۴ |
| ۷ | ″ جوار | ۷ر۶ | ۶۷ر۲ | ۲ر۷ | ۲ر۰ | ۹۴ر۷ | ۵۳ر۰ |
| ۸ | ″ دال ارہر | ۲۱ر۷ | ۵۳ر۸ | ۱ر۸ | ۵ر۵ | ۹۲ر۷ | ۸۰ر۴ |
| ۹ | ″ چنا | ۱۸ر۳ | ۵۰ر۵ | ۴ر۹ | ۳ر۷ | ۹۳ر۹ | ۶۴ر۲ |
| ۱۰ | ″ ارد | ۲۲ر۳ | ۵۵ر۲ | ۱ر۹ | ۴ر۰ | ۹۵ر۲ | ۶۹ر۲ |
| ۱۱ | ″ مونگ | ۲۳ر۶ | ۵۳ر۴ | ۲ر۶ | ۳ر۵ | ۹۶ر۶ | ۸۹ر۶ |
| ۱۲ | ″ مسور | ۲۴ر۰ | ۵۶ر۰ | ۲ر۵ | ۳ر۳ | ۱۰۱ر۴ | ۸۹ر۵ |
| ۱۳ | ″ مٹر (خشک) | ۲۲ر۰ | ۵۳ر۹ | ۱ر۹ | ۳ر۶ | ۹۳ر۴ | ۸۳ر۰ |
| ۱۴ | ″ لوبیا | ۲۳ر۴ | ۳۷ر۵ | ۲ر۰ | ۳ر۲ | ۶۲ر۵ | ۷۰ر۰ |
| ۱۵ | ″ آلو | ۲ر۰ | ۲۰ر۵ | ۰ر۱۶ | ۱ر۷۳ | ۲۳ر۲ | ۶۸ر۰ |
| ۱۶ | گوبھی | ۵ر۰ | ۷ر۸ | ۰ر۵ | ۱ر۲ | ۱۳ر۸ | ۷۰ر۰ |
| ۱۷ | سبزیاں شلجم گاجر وغیرہ | ۲ر۰ | ۵ر۳ | ۰ر۴۳ | ۱ر۰۵ | ۸ر۹ | ۷۶ر۰ |
| ۱۸ | پھل سیب ناشپاتی انگور وغیرہ | ۲ر۰ | ۲۰ر۰ | ۰۰ | ۱ر۰ | | |
| ۱۹ | بادام اخروٹ وغیرہ | ۲۰ر۵ | ۱۷ر۳ | ۵۴ر۹ | ۲ر۰ | | |
| ۲۰ | پنیر | ۲۸ر۰ | ۱ر۰ | ۲۳ر۰ | ۷ر۰ | ۸۸ر۵ | ۹۵ر۰ |
| ۲۱ | ملائی | ۲ر۷ | ۲ر۸ | ۲۶ر۷ | ۱ر۸ | | |
| ۲۲ | مکھن تازہ | ۲ر۰ | ۸۵ر۰ | ۱ر۰ | | | |

**کیفیت**

(۱) اس کا اوبالنا متعدی امراض کے جراثیم سے پاک کرنے کے لئے ضروری ہے

(۲) کاربوہائیڈریٹ اور روغن تقریباً ۹۶ فیصدی جذب ہوتے ہیں ۔ لیکن گیہوں میں جو وغیرہ کے ملنے سے اسکی قوت جاذبہ کم ہو کر تقریباً ۶۷ فیصدی تک پہنچ جاتی ہے ۔

(۳) عموماً ہر قسم کے اناج میں دس پندرہ فیصدی سیلاب کی وجہ سے پانی پایا گیا ہے اس لئے اس مقدار کو نفی کر کے کیلوریز کا حساب لگانا چاہئے ۔

(۴) لوہے کی مشین میں پیسنے سے دانے کا جرم (جسمیں روغن اور پروٹین بکثرت ہوتی ہے) چھلکا ہو جاتا ہے ۔ جو کہ چھاننے سے نکل جاتا ہے اس لئے پتھر کی چکی کا پسا ہوا آٹا بہتر ہوتا ہے ۔

(۵) چنے وغیرہ کے دانے کھا کر چبانے سے غذا کا بہت سا حصہ بغیر ہضم ہوئے کے خارج ہو جاتا ہے ۔

(۶) یہ مقدار اس صورت میں جذب ہوتی ہے جبکہ بیسن بنا کر پکایا جاوے ورنہ دال اوبال کر کھانے سے صرف ۴۰ فیصدی ہی جاذبہ پروٹین ہوتا ہے

(۷) البیومن سرد پانی میں حل اور گرم میں منجمد ہو جاتا ہے ۔ اور سبزیاں تو ابالنے سے ان کے نمک پانی میں حل ہو جاتے ہیں اس لئے پکاتے وقت ان امور کا خیال رکھنا چاہئے ۔ خصوصاً جبکہ چاول اور سبزی کو ابال کر پانی نچوڑتے ہیں ۔

(۸) پھلوں و سبزیوں کے نمک اینٹی سکاربیوٹک ہوتے ہیں ۔

(۹) باداموں کو خوب چبا کر بلکہ رگڑ کر کھانا اچھی طرح ہضم کرتا ہے ۔

(۱۰) روغنی اشیا حتے الامکان خوراک کے آخر میں کھانی چاہئیں ۔

اگرچہ جیسا کہ پیشتر لکھا جا چکا ہے۔ غذا کے دو کام ہیں:۔
(۱) نئی ساختیں بنانا اور روزانہ نقصان کی جگہ پوری کرنا۔ جس مطلب کے لیئے "نائٹروجن" پردھان ہے۔
(۲) عصبی اور عضلاتی کام کے لیئے شکتی دینا اور خاص حد تک حرارت پیدا کرنا۔ جس غرض کے لیئے کاربوہائیڈریٹ۔ روغن اور پروٹین ہر سہ کی "کاربن" بتدریج کام آتی ہے۔ لیکن چونکہ نہ صرف اظہار زندگی کے لیئے ہی "پروٹین" ایک ایسی شے ہے جس کی جگہ کوئی دوسری چیز کام نہیں دے سکتی۔ بلکہ اس میں کاربن بھی موجود ہوتی ہے۔ نیز عالم نباتات میں "کاربن" آمیز مادہ عالمگیر طور پر بکثرت موجود ہوتا ہے۔ اس لیئے خاص توجہ "پروٹین میٹابولزم" کی طرف کرنے سے "کاربن" تو خود بخود ہی کافی سے زیادہ آجاتا ہے خاص خیال یہ رہے۔ کہ کھانے میں ایسی مقدار میں اشیاء شامل کی جائیں۔ کہ ان سے جذب ہونے والی نائٹروجن پیشاب کے راستے خارج شدہ نائٹروجن سے قدرے زیادہ ہو۔ ورنہ کمزوری کا احتمال ہوگا۔ اگرچہ آجکل وہ زمانہ نہیں رہا۔ جبکہ "میٹابولزم" کے متعلق یورپین عالموں کا یہ خیال تھا۔ کہ "عضلاتی حرکات میں غذا کا نائٹروجی نس مادہ ہی پروٹوپلازم کی صورت اختیار کر کے ٹوٹنا اور اظہار طاقت کا باعث ہوتا ہے" (جس پر کہ ہائیٹ وغیرہ اصحاب

۱؎ چونکہ نہ صرف مختلف ممالک کی پیداوار کے کیمیائی اجزا میں ہی کسی قدر فرق ہوتا ہے۔ بلکہ ہندوستان کے مختلف صوبوں اور آگرہ۔ لکھنؤ یا بنارس وغیرہ مختلف شہروں کے پیدا شدہ اناجوں میں بھی خاص اجزاء کی مقدار کم و بیش پائی گئی ہے۔ جیسا کہ ڈاکٹر میکے صاحب اپنے "سائنٹیفک میمائر" متعلقہ جیل خانجات صوبجات متحدہ آگرہ و اودھ میں رقمطراز ہیں۔ اس لیئے کئی ایک کیمیا گروں کی تحقیقات کی اوسط یہاں پر درج کی گئی

کی مقرر کردہ مقدار غذا کا انحصار تھا) کیونکہ عضلاتی کام کی کمی بیشی کا پیشاب کے راستے خارج ہونے والی نائٹروجن کی مقدار (ٹشو میٹابولزم) پر کچھ اثر نہیں پڑتا۔ حالانکہ جسمانی محنت کے زیادہ ہونے پر کاربانک ایسڈ کے اخراج کی زیادتی امر مسلمہ ہے جس سے ثابت ہوتا ہے۔ کہ حرارت اور شکتی (میٹابولزم آف انرجی) کا منبع کاربوہائیڈریٹ وغیرہ ہی ہیں + مگر چونکہ قارورہ میں کریٹینین اور گندھک کا ہمیشہ یکساں مقدار میں خارج ہونا (انڈوجی نس میٹابولزم) اور یوریا کا پروٹین کے کم و بیش کھانے پر منحصر ہونا (ایکسوجی نس مٹیابولزم) بموجب تحقیقات ڈاکٹر فولن صاحب کے دو قسم کے مٹیابولزم پر دلالت کرتا ہے۔ اس لئے جہاں پختہ عمر اشخاص کو نائٹروجن کی صرف اتنی مقدار میں ضرورت ہے کہ "انڈوجی نس مٹیابولزم" سے ضائع شدہ ساختوں کی جگہ پُر کر سکے۔ وہاں بچپن میں (جبکہ نئی ساختیں بنتی ہیں) اور سولہ سے پچیس سال کی عمر تک (جبکہ نشوونما میں تیزی ہوتی ہے) علاوہ خارج ہونے والی مقدار کے کسی قدر اور بھی نائٹروجی نس مادے کی ضرورت ہوتی ہے۔ جو کہ جسم کے اندر جمع رہ کر ساختوں کی بناوٹ میں کام دے + ورنہ جیسا کہ بنگالی دلدباء کے مشاہدہ سے معلوم ہوتا ہے۔ وزن جسمانی اور چھاتی کی وسعت میں نہایت کم ترقی ہونے سے جسمانی حالت ایسی اعلےٰ نہیں ہوگی۔ جو کہ سپاہیانہ زندگی کے لئے موزوں ہو +

**اہل بنگال کی غذا پر ڈاکٹر میکے کی رائے**

اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ ہیموگلوبن۔ سیرم البیومن۔ خون کے دبائو۔ وزن جسمانی۔ عضلاتی

ساخت۔ جسمانی کام کرنے کی طاقت میں کمی ہونا اور جلدی تھک
جانے کی وجہ سے عصبی کمزوری کا پایا جانا وغیرہ تمام نتائج (جن کو
ڈاکٹر میکے صاحب غذائیت کی کمی سے منسوب فرماتے ہیں۔)
خوراک کے اجزاء کی ایسی غلطی پر محمول کئے جا سکتے ہیں۔ جس
سے کہ آنتوں میں خمیر اور سڑاند کی کثرت سے مختلف قسم کے
زہریلے مادوں کو جذب ہونے کا زیادہ موقع ملتا ہے (چنانچہ بقول
صاحب موصوف اسہال و پیچش۔ انیمیا۔ سوڑوں کے گندہ زخم اور
گردوں وغیرہ کے امراض کا بکثرت ہونا بھی اسی امر پر دلالت کرتا
ہے) مگر چونکہ بحیثیت مزدوروں کے ان کی غذا میں نائٹروجن جو لازم
تقریباً ۱۲ء گرام فی کیلو وزن جسمانی (وہ مقدار جو کہ بقول ڈاکٹر چیٹنڈن
اہل دماغ کے لئے ہونی چاہئے) سے بھی کم ہوتا ہے۔ اس لئے
بہت حد تک غذا کی کمی بھی ان کی کمزوری کی ذمہ دار ہے۔ جس
کی وجہ سے ان کو پلٹنوں میں بطور سپاہی کے کوئی جگہ نہیں ملتی۔
باینہمہ ان کی دماغی قابلیت کا کمال صاف طور پر ظاہر ہے۔ کہ چند
سات گرام نائٹروجن کا استعمال میں آنا اہل دماغ کی حیثیت میں
ان کے لئے کسی طرح پر کم نہیں ہے۔

بہر حال جیسا کہ اوپر ظاہر کیا جا چکا ہے۔ بچپن اور نوجوانی
میں ہر شخص کے لئے نائٹروجن کے استعمال میں کنجوسی نہیں
کرنی چاہئے۔ چنانچہ بچے کی ابتدائی غذا یعنی دودھ میں پروٹین
اور روغن کا بکثرت پایا جانا ایک طرح سے ہمارے دعوے کی
قدرتی تصدیق ہے۔ اس لئے نوجوانی کے ایام میں ایسی غذا
کا استعمال کرنا چاہئے۔ جس سے کہ تقریباً دس بارہ گرام نائٹروجن
جذب ہو سکے۔ (۱ گرام نائٹروجن = ۶ ۱/۴ گرام پروٹین ہے)

## غذا کے جاذبہ پر اثر انداز امور

چونکہ غذا کے جاذبے پر کئی باتوں کا اثر پڑتا ہے۔ اس لئے مختصراً ان کا ذکر کرنا بھی ضروری معلوم ہوتا ہے:

(۱) **پروٹین کی خاصیت**:۔ چونکہ پروٹین کے فیصدی جذب ہونے کی نسبت مختلف اشیاء میں مختلف ہوتی ہے۔ اس لئے خوراک کی اشیاء چنتے وقت ان کے کیمیائی اجزاء کی طرف ہی خیال نہیں رکھنا چاہئے۔ بلکہ جذب ہونے کی خاصیت کو بھی دیکھیں۔ ورنہ اکثر نتیجہ خلاف خاطر ہوگا ۔

(۲) **کھانے کی اشیاء کا حجم**:۔ چونکہ حجم کی زیادتی ہاضمہ کی رطوبتوں کو اجزاء خوراک پر اثر انداز ہونے میں سدّراہ ہوتی ہے اس لئے نہ صرف بہت سا مادہ بغیر ہضم اور جذب ہونے کی ہی پاخانے کے راستے خارج ہو جاتا ہے۔ بلکہ کھانے کی نالی میں خمیر اور سڑاند کے لئے بھی نہایت مناسب سامان پیدا کرتا ہے + جس سے ڈکار وغیرہ کے ذریعے گندی ہوائیں اخراج پاتی ہیں + علاوہ ازیں حجم کی زیادتی معدہ اور آنتوں کی دیواروں کے حد سے زیادہ تننے کی وجہ سے "ڈایا لیٹے شن" کے پیدا کرنے اور ان کی حرکات میں کمزوری لانے کا بھی باعث بنتی ہیں + عام طور پر معدہ میں ۱۲۰۰ گرام غذا بآسانی سما سکتی ہے +

(۳) کاربو ہائیڈریٹ اجزا کی کثرت بھی پروٹین کے جاذبے میں خلل انداز ہوتی ہے۔ کیونکہ اس کے لیکٹک ایسڈ وغیرہ کی صورت میں ٹوٹنے سے آنتوں کی حرکات تیز ہو جاتی ہے جس سے کہ غذا کو جذب ہونے کا موقع ہی نہیں ملتا۔ اور وہ بڑی آنتوں میں پہنچکر (جہانکہ جاذبے کی طاقت بہت کم ہے) سڑاند

کا باعث ہوتی ہے*
(۴) مقدار معینہ :۔ ڈاکٹر میکے صاحب کی تحقیقات سے ثابت ہُوا ہے۔ کہ ہر ایک شے خاص مقدار تک تو مذکورہ بالا نقشہ میں لکھی ہوئی نسبت سے جذب ہوتی ہے۔ لیکن مقدار معینہ سے زیادہ ہونے پر آنتیں اپنے عمل کو ٹھیک طور پر جاری نہیں رکھ سکتیں اور بہت کم مقدار میں جذب کرتی ہیں۔ مثلاً دال ڈھائی چھٹاک اور چاول نو چھٹاک سے زیادہ ہونے پر بہت تھوڑا فائدہ پہنچاتے ہیں*

(۵) پکانے کے عمل میں غلطی اور چبانے میں جلدی کرنے سے بھی جاذبہ میں نقص واقع ہوتا ہے۔ مثلاً چنے بُھنا کر چبانے یا مُونگ کی دال پکانے سے تو اُن کی پروٹین ۴۰ فیصدی ہضم نہیں ہوتی۔ لیکن اگر ان کا بیسن بنا کر پکائیں۔ تو صرف دس بارہ فیصدی ہی ضائع ہوتی ہے*

اب ہم چند ایک ایسی اشیاء کا ذکر کرتے ہیں۔ جو کہ عام طور پر استعمال میں آتی ہیں:۔

## "ا" حیوانی اغذیات

(۱) دُودھ :۔ اگرچہ بچوں کے لئے یہ عین مناسب غذا ہے لیکن کاربوہائیڈریٹ اور فولاد کے مرکبات کی کمی اور پانی کی زیادتی کی وجہ سے جوانوں کے لئے صحیح غذا کا کام نہیں دیسکتا۔ بلکہ جو بچے بھی زیادہ دیر تک دُودھ ہی پر گزران کرتے ہیں۔ وہ "اینمک" ہو جاتے ہیں* لیکن چونکہ اس کی "پروٹین" بہت تھوڑی ہضم ہونے سے بچتی ہے۔ اس لئے روٹی اور سبزی وغیرہ کے ساتھ اس کا استعمال

کیا جاوے۔ تو جسمانی اور دماغی ترقی کے لئے یہ بہترین غذا کا کام دیتا ہے۔ ”ٹیوبرکل“ وغیرہ امراض کا باعث ہونے سے اس کو پاکیزہ صورت میں حاصل کرنے کی غرض سے گائے وغیرہ کی صحت کا خیال رکھنا نہایت ضروریات سے ہے۔ چونکہ گائے کا دُودھ ۱؎ بمقابلہ بھینس و بکری وغیرہ کے زود ہضم اور مفید ہوتا ہے۔ اس لئے آریہ رشیوں نے اس کو وہ عظمت دی ہے۔ کہ اس کی سیوا کرنے میں تمام دیوتاؤں (حواس عشرہ و دماغ کے ابھمانی) کی پوجا سمجھی گئی ہے۔

بقول مُصنّف ؎ سب دیوتاؤں کا ہے باسا گؤ کے اندر
ویراٹ کا ہے گویا یہ چلتا پھرتا مندر

چنانچہ نہ صرف ویدوں کے مقدس ترین منتر گائیتری کے ہی سرپر گائے کے لفظ کو جگہ دیگئی ہے۔ بلکہ ایک طرف اگر بھگوان رامچندر جی کے خاندان کے بزرگ رگھو جی کی پیدائش کو ان کے پتا مہاراجہ دلیپ کی گئو بھگتی کا نتیجہ ظاہر فرمایا ہے۔ تو دوسری طرف سولہ کلا سمپورن بھگوان کرشن کا بھی ہمہ صفت موصوف ہونا ان کے ”گوپال“ جی کہانے اور ”گوبر“ کو دھن سمجھ کر اُٹھانے بالفاظ دیگر ”گولوک“ باسی ہونے کی ہی برکت بیان کیا ہے۔ نیز بھگوان وشنو کا لکشمی سمیت کشیر ساگر (دُودھ کے سمندر) میں بیٹھے ہُوئے بتلانا صاف اس امر کا مظہر ہے۔ کہ گیان اور دولت کا حصُول اسی کو ہوتا ہے۔ جس کی جسمانی کھیتی (صحت و

۱؎ جو شخص دُودھ ہضم نہ کرسکیں۔ ان کے لئے چند قطرے ایسی ٹک ایسڈ ملاکر دُودھ کو پھاڑیں۔ اور پھر رگڑ کر تھوڑا نمک اور سیاہ مرچ ملاکر کھائیں۔ تو خوب ہضم ہو سکتا ہے۔

طاقت) دُودھ کی نہروں سے سیراب ہوتی ہے۔ بہرحال ذیل میں مختلف اقسام کے دُودھ کے اجزاء کا فرق دکھایا جاتا ہے:-

| قسم دُودھ | پروٹین | روغن | کاربوہائیڈریٹ | معدنی نمک | پانی | نائٹروجنی نس اجزا کی ان نائٹروجنی نس اجزا سے نسبت | کیفیت |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| عورت کا دُودھ | ۲ر۳ (لیکٹ البیومن کیسنوجن $\frac{2}{3}+\frac{1}{3}$) | ۳ر۸ | ۶ر۲ | ر۳ | ۸۷ر۴ | ۱ : ۴ر۴ | کیمیائی اجزاء کے فرق کی طرح اگرچہ ہر قسم کا دودھ اپنے طبعی اوصاف میں بھی ایک دوسرے سے قدرے اختلاف رکھتا ہے۔ لیکن عام طور پر ایک قسم کے دُودھ کو دوسرے کے کیمیائی اجزا سے برابر کرکے ہی اسکو مصنوعی دُودھ کے نام سے فروخت کیا جاتا ہے۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے اگر روغن زیادہ ہو۔ تو ملائی اوتار لیتے ہیں اگر پروٹین وغیرہ زیادہ ہوں تو پانی ملا کر نسبت درست کر لیتے ہیں اور اگر روغن یا کاربوہائیڈریٹ کم ہوں۔ تو ملائی اور "ملک شوگر" ملا کر نسبت درست کر لیتے ہیں۔ وغیرہ + |
| گائے ,, ,, | ۳ر۵ ($\frac{1}{10}+\frac{9}{10}$) | ۳ر۷ | ۴ر۸ | ر۷ | ۸۷ر۳ | ۱ : ۲ر۶ | |
| گھوڑی ,, ,, | ۲ر۵ | ۱ر۴ | ۵ر۷ | ر۳ | ۹۰ر۱ | ۱ : ۲ر۹ | |
| گدھی ,, ,, | ۲ر۲ | ۱ر۶ | ۶ر۰ | ر۵ | ۸۹ر۷ | ۱ : ۳ر۶ | |
| بکری ,, ,, | ۴ر۳ | ۴ر۷ | ۴ر۴ | ر۷ | ۸۵ر۹ | ۱ : ۲ر۴ | |
| بھینس ,, ,, | ۶ر۱ | ۷ر۴ | ۴ر۱ | ر۸ | ۸۱ر۶ | ۱ : ۲ر۰ | |
| بھیڑ ,, ,, | ۸ر۸ | ۱۱ر۲ | ۳ر۵ | ۱ر۰ | ۷۵ر۵ | ۱ : ۱ر۷ | |

مثلاً گائے کے دُودھ کو عورت کے دُودھ سے مشابہ بنانے کے لئے یہ عمل کرتے ہیں۔ کہ ایک پائینٹ دُودھ سرد جگہ میں تین گھنٹے ٹھہرا کر اوپر آئی ہوئی بالائی کو اُتار لیتے ہیں۔ پھر باقی دُودھ کو دو حصّوں میں تقسیم کرکے ایک حصّے میں تھوڑا سا "رینٹ" (بچھڑے کے معدے کے اندرونی پردے سے تیار کردہ "فرمنٹ") ملاتے ہیں۔ جس سے دُودھ منجمد ہو جاتا ہے۔ پھر پنیر چھان لیتے ہیں۔ باقیماندہ "وھے" کو ۱۵۰ درجہ فارن ہائیٹ کی حرارت پر گرم کرکے بقیہ "رینٹ" نامی فرمنٹ کو ضائع کیا جاتا ہے۔ اور دُوسرا حصّہ دُودھ کا اور بالائی اس میں ملا دیتے ہیں۔ پھر ۳ ڈرام "ملک شوگر" اور تھوڑا سا چونے کا پانی ملا دیتے ہیں۔ جس سے خفیف سا کھارا ہو جائے۔ پھر ۱۵۸ درجہ فارن ہائیٹ پر گرم کرکے ڈبوں میں

دُودھ کو گرم کرنے سے گو چند نمک (اینٹی سکاربیوٹک) ضائع ہو جاتے ہیں۔ رر لیکٹ البیومن" منجمد اور کنیر یونوجن دیر ہضم ہو جاتی ہے اور روغن کا باریک "ایملشن" بگڑ جاتا ہے۔ تاہم تپ دق یا تپ محرقہ وغیرہ متعدی امراض کے جراثیم سے محفوظ رہنے کے لئے اس کا ابال کر استعمال کرنا بہتر کہا گیا ہے۔:

## مصنوعی دُودھ

والدہ کی بیماری یا کمزوری کے باعث اکثر بچوں کو ولائیتی مصنوعی دُودھ کے استعمال میں مذہبی خیال سے قابل اعتراض ہونا سدّ راہ ہوتا ہے۔ اس لئے اس امر کا اظہار بیجا نہ ہو گا کہ گو گھوڑی۔ گدھی اور بکری کا دُودھ نرم انجماد بنانے میں عورت کے دُودھ سے زیادہ مشابہت رکھتا ہے۔ اور گائے کا دُودھ عورت کی نسبت رر کینیر یو نوجن" کی زیادتی کے باعث معدہ میں جا کر سخت انجماد پیدا کرتا ہے جس سے بچوں کو بدہضمی۔ ریح اور اسہال وغیرہ امراض ہونے کا احتمال ہوتا ہے۔ لیکن چونکہ سہل الحصول ہونے کی وجہ سے عام طور پر اسی کا استعمال پسند کیا جاتا ہے۔ اس لئے یہ یاد رہے کہ اگر فی اونس دُودھ میں دو چار گرین "سائٹریٹ آف سوڈا" ملا دیا جائے۔ تو رر سٹریٹ آف لائم" کے تہ نشین ہو جانے سے

بقیہ حاشیہ (صفحہ ۱۳۵) بند کر دیتے ہیں۔ اس عمل کا فائدہ یہ بیان کیا جاتا ہے کہ رر کنیر یو نوجن" کی زیادتی دُور کی جاتی ہے۔ دراں حالیکہ قابل تحلیل اور بآسانی ہضم ہونیوالی البیومن رہ جاتی ہے۔ دیگر "دھے" پانی کی نسبت بہتر رر ایملشن" بناتی اور رر کرڈ" کو لطیف کرتی ہے۔ اہل ہنود کے مذہبی خیال سے قابل اعتراض ہونا صاف ظاہر ہے۔:

۲ دُودھ کو ساکن رکھنے سے ۶ گھنٹہ میں ۷۰ فیصدی بالائی اُوپر آجاتی ہے۔ اور رر سنٹری فیوگل" مشین کے ذریعہ ۹۵ فیصدی بالائی اُتاری جاسکتی ہے۔:

انجماد نرم ہوتا اور بخوبی ہضم ہو جاتا ہے +

## مصنوعی دُودھ بلحاظ عمر کے

بچوں کو سات ماہ تک صرف ماتا کا دُودھ پینا چاہیئے۔ لیکن بصورت دیگر پہلے چھ ہفتے کی عمر تک ۶ بجے صبح سے ۱۰ بجے رات تک ہر دو گھنٹے بعد اور رات کو ان اوقات کے درمیان ایک دفعہ غذا دیں جس میں گائے کا تازہ دُودھ ۱ حصّہ۔ پانی ۲ حصّہ ملا کر (اگر شک ہو۔ تو ابال کر) فی پائینٹ (۱/۲ ۲ پاؤ پختہ) ایک چمچہ چینی ملائیں۔ (پانی کی جگہ بارلی واٹر مفید ہو سکتا ہے۔ لیکن لائم واٹر نہیں +) "سائٹریٹ آف سوڈا" ملانا ہاضمے کے لئے مفید ہوگا۔ تین چار ٹیبل سپون (تقریباً چھٹانک بھر) ایک وقت میں دئے جا سکتے ہیں + اس کی حرارت ہاتھ کے برابر ہو۔ اور اس کو صفائی سے ڈھانک کر سرد جگہ میں رکھنا چاہیئے + (۲) ۱/۲ ۱ سے ۳ ماہ تک بچّے کو دُودھ اور پانی ہم مقدار ملا کر میٹھا کر کے پلائیں۔ اور ہر موقعہ پر دو چمچے (چائے کے) بالائی بھی اس میں ملا سکتے ہیں۔ درمیانی وقت بڑھا کر ہر دفعہ ۲ چھٹانک دیں + (۳) ۳ ماہ سے ۷ ماہ تک دو حصّے دُودھ اور ۱ حصّہ پانی ملا کر بالائی کے ایک دو چمچے بڑھا کر درمیانی وقت کو لمبا کر کے زیادہ مقدار میں پلائیں۔ اور رات کو صرف جاگ کھلنے پر پلانا چاہیئے۔ غرضیکہ شروع میں آٹھ چھٹانک روزانہ دیں۔ اور ساتویں مہینے تک ہر ہفتے نصف سے ایک چھٹانک بڑھاتے جائیں + (۴) ۷ سے ۱۲ ماہ تک ہر تین گھنٹے بعد (چھ سات بجے صبح سے نو دس بجے رات تک) ہر موقع پر پانچ چھ اونس خالص دُودھ بمعہ بالائی کے دیں۔ لیکن تین دفعہ ان کے ساتھ ایک چمچہ (تقریباً چار ماشہ) یا زیادہ نشاستہ

ارا روٹ یا بچوں کی غذا بھی ابال کر دودھ میں پلا دیں (۵) ۱۲ سے ۱۸ ماہ تک ہر تین گھنٹے بعد صبح سے شام تک مذکورہ بالا دودھ سے دگنی مقدار اور روٹی مکھن یا دال روٹی بھی دیں ۔ نو دس ماہ کی عمر میں دودھ بتدریج چھڑانا چاہئے۔ لیکن سخت گرمیوں میں نہیں کیونکہ اسہالِ گرما کا خوف ہوتا ہے ۔ بچوں کی بدہضمی یا اسہال عموماً غذا کی زیادتی اور جلدی دینے پر ہوتے ہیں۔ اس لئے رقیق کرنے اور دیر میں دینے سے آرام ہو جاتا ہے ۔ افیون کا دینا سخت ممنوع ہے۔ جو کہ نادان مائیں اکثر سلانے کے لالچ میں یا دانتوں کی تکلیف رفع کرنے کے لئے بچوں کو دیدیتی ہیں۔ نشاستہ کی زیادتی اور روغنی مادے کی کمی "ریکٹس" وغیرہ امراض اور کمزوری کا باعث ہوتی ہے ۔ کارخانوں کی مزدور عورتوں کو وضع حمل سے تقریباً ایک ماہ پہلے کام سے رخصت پانا اور بعدہٗ بچے کو سیر انگول دودھ پلانا ضروری ہے۔ ورنہ نقص صحت کا احتمال ہوتا ہے ۔

مکھن نکالا ہُوا دودھ استعمال کرنا اگرچہ روغنی مادے سے محروم رکھتا ہے۔ لیکن حیوانی پروٹین حاصل کرنے کے لئے غریبوں کے واسطے سستا ہونے سے بہترین طریقہ ہے ۔

## دودھ کی خرابی کے اسباب

اگرچہ دودھ خراب ہوا سے بھی مضرِ صحت مادوں کو اپنے میں شامل کر کے باعث نقصان ہو سکتا ہے۔ لیکن اکثر اس میں ہاتھوں یا برتنوں کے صاف نہ کرنے سے یا خراب پانی ملانے سے مختلف قسم کے مضرِ صحت مادے راستہ پاتے ہیں ۔ گائے کے تھنوں یا "لیوے" کا ٹیوبرکل اور پھوڑے وغیرہ سے مبرّا ہونا دودھ کی پاکیزگی کے لئے پہلی شرط ہے ۔

نیز اس کے کھانے۔ پانی۔ ورزش اور جائے رہائش کا ویسا ہی خیال رکھنا ضروری ہے۔ جیسا کہ بچے کی ماتا کا۔ ورنہ جس طرح ماتا کی بیماری بذریعہ دُودھ کے بچے پر اثر کرتی ہے۔ ویسے ہی گائے کا نقص صحت بذریعہ دُودھ کے پینے والے پر اثر انداز ہوگا + تجربے سے ثابت ہُوا ہے۔ کہ کھُلی ہوا میں رکھنے سے گائے کا دُودھ کم ہونے کے بغیر ملائی کی موٹی تہ لاتا ہے۔ جس سے اسکی صحت کا بہتر ہونا ظاہر ہوتا ہے +۔ چونکہ "ڈائری فارم" (گؤشالہ) میں کسی قسم کی غلطی ہونے سے اس کا خراب اثر وسیع حلقے پر پڑتا ہے۔ اس لئے رشیوں کی ہدایت کے بموجب اگر ہر ایک گھر میں گائے رکھی جائے۔ تو بہتر کہا جا سکتا ہے +۔ چونکہ پیتل اور تانبے وغیرہ کے برتن میں دُودھ رکھنے سے اس کے روغنی مادے کی بدولت ایک قسم کا زہریلا کیمیائی مرکب بن کر نقص صحت کا باعث ہوتا ہے۔ اس لئے مٹی کا برتن یا روغنی اور قلعی شُدہ برتن اس مطلب کیلئے پسندیدہ کہا جا سکتا ہے + اوبالنے کے بعد دودھ کا ننگا رکھنا نسبتاً زیادہ نقصان صحت کا باعث ہو سکتا ہے +

## دہی اور پنیر

اہل ہنود میں تو ہمیشہ سے ہی دُودھ دہی کو "امرت" یعنے ستوگنی بھوجن اور مانس مچھلی کو تموگنی اور وشے باسنا کا محرک ہونے سے راکشی کھانا کہا گیا ہے۔ مگر سائنس کی ترقی ہونے پر اب یوروپین عالم بھی "مانس" کی نسبت "پنیر" کو ہر پہلو سے بہتر (خصوصاً گرم ممالک میں) قرار دینے لگ گئے ہیں۔ جیسے کہ ڈاکٹر میچنکاف (ڈائریکٹر پاسٹر انسٹی ٹیوٹ پیرس) سائنٹفک بنیاد پر دہی کو "امرت" ثابت کرتے ہیں۔ اور فرماتے ہیں۔ کہ

دہی کھانے سے انسان بغیر بڑھاپے کی تکالیف میں مبتلا ہونے کے عمر طبعی کو حاصل کرتا ہے۔ کیونکہ لیکٹک ایسڈ کے جراثیم (جن کی بدولت دُودھ تغیر ہو کر دہی بنتا ہے۔) آنتوں میں پہنچ کر ان سڑاند پیدا کرنے والے جراثیم کو فنا کر دیتے ہیں۔ جو کہ بڑھاپے کی علامات کا باعث ہوتے ہیں ؛

چھاچھ پینے سے اگرچہ مکھن نکالے ہوئے دُودھ کی طرح روغنی اجزاء کا فائدہ نہیں ہوتا۔ لیکن "حیوانی پروٹین" - اور "لیکٹک ایسڈ جراثیم" کے نقطہ نگاہ سے دیہاتی کسانوں کے لئے یہ ایک نعمت غیر مترقبہ ہے ؛

## ماکھن ملائی اور گھی

حیوانی روغن بہ نسبت نباتاتی روغن کے زود ہضم اور لذیذ ہوتے ہیں + اہل ہند میں جو آجکل تپ دق اور پلیگ وغیرہ امراض کی کثرت ہو رہی ہے۔ اس کا اصلی باعث غالباً گھی وغیرہ کا ہی کھانے میں کم استعمال کرنا ہے۔ چنانچہ اسی کمی کو پورا کرنے کے لئے یوروپین ڈاکٹر اکثر مچھلی کا تیل پینے کی ہدایت کرتے ہیں + چونکہ جزیرہ انگلستان کے باشندوں کو سمندر کی نزدیکی کی وجہ سے مچھلیوں کے شکار کا کافی موقع ملتا ہے۔ دیگر وہ قوم بھی گوشتخور ہے۔ اس لئے قومی تجارت کو ترقی دینے کے خیال سے بھی اگر وہ ماکھن کی جگہ "دو تیل" (روغن ماہی) کا استعمال بتائیں۔ تو حق بجانب ہیں۔ لیکن افسوس تو ان پر ہے۔ جو کہ جادۂ حقیقت سے گمراہ ہو کر تقلید غیر میں فخر سمجھ رہے ہیں + ضرورت ہے۔ کہ اہل ہند اُن زہریلے مادّوں سے محفوظ رہنے کے خیال سے (جو کہ بقول ڈاکٹر ہیگ

اس میں پائے جاتے ہیں) "مچھلی کے تیل" پر ماکھن اور بالائی کو ترجیح دیں۔ درانحالیکہ ان میں علاوہ نفیس روغنی مادے کے خاص مقدار میں پروٹین بھی موجود ہوتی ہے ؛

پہلوانوں کے لئے تو جسمانی ورزش کرنے میں تسکتی کے زیادہ پیدا کرنے والے جزو غذا کی حیثیت سے گھی وغیرہ کی ضرورت مسلمہ ہی ہے۔ لیکن اہل دماغ کے لئے بھی اس کا استعمال ازبس ضروریات سے ہے۔ کیونکہ دماغی ترقی کے لئے خون کی مقدار و اوصاف یا اس کے دباؤ کی درستی کے علاوہ اس بات کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ کہ خوراک حجم میں حتے الامکان کم ہو تاکہ اس کے تحلیل و اخراج وغیرہ کے عمل میں عصبی طاقت کا زیادہ خرچ نہ ہو۔ اس لئے کاربوہائیڈریٹ سے یکساں حجم رکھنے پر دگنی سے بھی زیادہ طاقت دینے والے روغنی مرکبات کا استعمال ان کے لئے خاص طور پر مفید ہوتا ہے۔ علاوہ ازیں عصبی سیلز کی بناوٹ میں فاسفورس اور روغنی مادے کا بکثرت پایا جانا بھی دماغی کام کرنے والوں کے لئے ان کی خاص ضرورت پر دلالت کرتا ہے + اور بچّوں کی غذا میں روغن کی اس لئے ضرورت ہے۔ کہ اس کی کمی سے "ریکٹس" وغیرہ امراض کا احتمال ہوتا ہے۔ کیونکہ "روغنی تیزاب" ہی چُونے وغیرہ کے مرکبات سے مل کر ہڈیوں کی مضبوطی کا باعث ہوتے ہیں + علاوہ ازیں آئندہ زمانے کا پہلوان اور فلاسفر بننے کی بُنیاد بھی اسی عمر میں رکھی جاتی ہے۔ چنانچہ یودھاؤں اور عالموں کے سرتاج بھگوان کرشن کا بچپن میں بکثرت ماکھن کا استعمال کرنا اُن کے "ماکھن چور" نام سے پرسدھ ہے ؛

**کھویا ورابڑی** :- دُودھ کو آگ پر پکانے یا گاڑھا کرنے سے

جو مرکبات تیار ہوتے ہیں۔ اگرچہ لذیذ ہونے کے باعث ان کا استعمال تو بکثرت ہوتا ہے۔ لیکن غذائیت کے نقطۂ نگاہ سے چنداں اچھے نہیں کہے جا سکتے۔ کیونکہ اول تو حرارت کی تیزی سے ایلبیومن کا منجمد ہو جانا ان کو ثقیل اور دیر ہضم بنا دیتا ہے۔ دیگر اکثر ملائی اُتارنے کے بعد بنائے جانے سے ناکمل غذا کا درجہ رکھتے ہیں۔ گویا "کھویا" لفظ ہی لُغوی معنوں کے لحاظ سے اپنی حقیقت کا مظہر ہے ؛

ولایتی دُودھ بباعث ان ادویات کے جو کہ اس کے درست رکھنے کے لئے استعمال کی جاتی ہیں۔ اکثر مضرِ صحت اثر پیدا کرتے ہیں ؛ لیکن اگر ستر درجہ سنٹی گریڈ کی حرارت پر گرم کر کے فوراً سوا درجہ کی حرارت پر سرد کر لیں۔ تو باوجودیکہ تقریباً تمام آرگینک مادے ضائع ہو جاتے ہیں۔ لیکن دُودھ کے اوصاف میں کوئی نقص نہیں آتا ؛

**دُودھ کا پھٹنا**

گرمیوں میں دُودھ کے پھٹنے کا باعث ایک قسم کے نباتاتی مادے ہوتے ہیں۔ جو کہ "ملک شوگر" کو لیکٹک ایسڈ میں بدل دیتے ہیں۔ اس کے بعد لیکٹک ایسڈ ایک اور مادے کی وجہ سے بیوٹائرک ایسڈ میں بدل جاتا ہے۔ اور اسی وقت بذریعہ "سیپروفٹک آرگینزم" کے سڑاند کے تغیرات نمود پذیر ہوتے ہیں ؛ یہی وجہ ہے۔ کہ پھٹے دُودھ کا پینا خراش معدہ کی وجہ سے قے اور اسہال وغیرہ کا باعث ہو سکتا ہے ؛

بازار کا دہی بباعث ننگا رہنے کے چونکہ لیکٹک ایسڈ بیسی لس کے علاوہ اور بھی کئی قسم کے جراثیم کا گھر بن جاتا ہے۔ اس لئے

اکثر ریح وغیرہ کا باعث ہوتا ہے۔ ورنہ اگر دُودھ کو تنگ مُنہ کے برتن میں پانچ منٹ کے لئے ابال کر صرف "لیکٹک ایسڈ بیسی لائی" کا جاگ لگایا جائے۔ تو علاوہ بدہضمی کو رفع کرنے کے خمیر اور سڑاند کو بھی آنتوں سے دُور کر دیتا ہے۔

ایک "لیٹر" دُودھ میں ۳ فیصدی" پرآکسایڈ آف ہائیڈروجن" کا عرق ۵ اکیوبک سنٹی میٹر ملا کر تین گھنٹے کے لئے ۵۲ درجہ سنٹی گریڈ پر گرم کرنے سے بھی آکسیجن علیحدہ ہو کر آرگینک مادوں کو ہلاک کرتی اور آٹھ دس دن تک دُودھ کے ٹھیک حالت میں رکھ سکنے کا باعث ہو سکتی ہے۔ خواہ موسم گرما ہی ہو۔

## ب۔ نباتاتی اغذیات (۱) گیہوں

جوانوں کے لئے اس کا مناسب خوراک ہونا اس میں نائٹروجن اور کاربن کی باہمی موزون نسبت اور اس کے پروٹین مادے کے بکثرت جذب ہونے سے ثابت ہے۔ نیز پانی کو چاول وغیرہ کی نسبت بہت کم جذب کرتی ہے۔ اس لئے حجم میں بھی نہیں بڑھتی۔ چنانچہ روٹی بنانے پر صرف چوتھائی حصہ پانی کو لیتی ہے میدہ بنانے پر بُورا (جو اس کے بیرونی طبقے سے بنتا ہے) تقریباً بالکل نکل جاتا ہے۔ اس لئے گو وہ مہین اور سفید تو ہو جاتا ہے مگر علاوہ قوت غذائیت میں کمی آنے کے وہ قابض ہو جاتا ہے۔ کیونکہ بیرونی طبق میں ۱۵ فیصدی نائیٹروجی نس مادہ ۲½ فیصدی روغن۔ ½۵ فیصدی نمک اور بہت سا حصہ سیلولوز نامی ناقابل ہضم اور آنتوں میں خراش پیدا کرنے والے جزو کا ہوتا ہے۔ اس لئے میدے کی نسبت آٹا نہ صرف مقوی ہی زیادہ ہوتا ہے۔ بلکہ

قبض کشا ہونے سے صحت بخش بھی زیادہ ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ اکثر قبض کے شاکی اصحاب کے لئے بغیر چھانے آٹے کی روٹی کی ہدائت کی جاتی ہے + خمیر شدہ روٹی پر اگرچہ ہاضمہ کی رطوبتیں نسبتاً جلد اثر کرتی ہیں۔ لیکن اس سے معدہ میں ترشی۔ بدہضمی اور ریح وغیرہ کا احتمال ہوتا ہے + مریض حیوان کے دُودھ کی طرح نباتاتی یا حیوانی کیڑوں سے حملہ شدہ اناج بھی بعض اوقات زہریلا اثر پیدا کرتا ہے۔ جیسے ارگٹ کی علامات سے ظاہر ہے + نیز مختلف قسم کے "مولڈز"[1] جو مرطوب ہوا میں آٹے اور روٹی وغیرہ پر پرورش پا لیتے ہیں۔ بدہضمی اور اسہال کا باعث ہوتے ہیں + خون میں معدنی نمکوں کی مقدار کو درست رکھنے کے لئے گیہوں کا "دلیا" یا "بکلیاں" ادبال کر کھانا بھی مفید کہا گیا ہے۔ اور مکھن۔ دُودھ اور میٹھا ملانے سے ان کے اعلیٰ اوصاف میں اضافہ کیا جا سکتا ہے +

**(۲) مکئی** یہ بھی گیہوں کی طرح بخوبی جذب ہو جاتی ہے صرف اس میں پروٹین کسی قدر کم ہے۔ مگر روغن کے زیادہ ہونے سے سردیوں کے لئے نہایت عمدہ غذائیت کا کام دیتی ہے + اس غلّے کے خاص قسم کی بیماری میں مُبتلا ہونے پر کھانے والوں کو "پلیگرا" (اٹلی کا "ایلی فنٹائیس") نامی بیماری کا ہونا بیان کیا گیا ہے +

**(۳) چاول** ان میں کاربوہائیڈریٹ کا بکثرت ہونا اور سیلولوز کی عدم موجودگی کے باعث بآسانی ہضم اور جذب

[1] پنجابی میں ان کو "ارلی" یا "پھُپھی" وغیرہ کا نام دیا جاتا ہے +

ہونا تو خوبیاں ہیں۔ لیکن پروٹین اور روغنی مادے کی کمی اور حجم میں زیادہ ہو جانا نقص ہیں۔ چنانچہ اُبالنے پر تین گونہ پانی جذب کر لیتے ہیں۔ اس لئے معدہ میں اتنی مقدار کا سمانا بھی محال ہو جاتا ہے۔ کہ تندرست محنتی شخص کی ضروریات جسمانی پوری کرنے کے لئے کافی ہو سکے + اوبال کر ان کا پانی نچوڑنے سے تھوڑی سی پروٹین اور بہت سی مقدار نمکوں کی خارج ہو جاتی ہے۔ اس لئے یہ عمل پسندیدہ نہیں کہا جاتا + زیادہ سفید اور مشین کے صیقل شدہ چاول استعمال کرنے سے مرض "بیری بیری" کا احتمال ہوتا ہے۔ کیونکہ بہت سا حصہ مادۂ پرورش کا ضائع ہو چکا ہوتا ہے ∴ چونکہ ان کا اثر جسم پر ایسا ہوتا ہے۔ کہ پیشاب بکثرت آتا ہے۔ اس لئے ان میں کسی ایسے جوہر کی موجودگی کا بھی قیاس کیا گیا ہے۔ جو کہ گردوں پر خاص محرک اثر رکھتا ہے ∴ ایک پنجابی ضرب المثل میں "چاول کی کنی اور تیغ کی انی" کو مشابہ کہنے سے صاف ظاہر ہے۔ کہ ان کے پکانے میں خاص احتیاط کی ضرورت ہے ∴

۴۔ **دالیں**:۔ اگرچہ ان میں فاسفورس اور پروٹین تو کافی مقدار میں ہوتے ہیں۔ لیکن گندھک کی موجودگی سے "سلفیوریٹیڈ ہائیڈروجن" کا باعث ہو کر ریح کا پیدا کرنا۔ ساڑھے تین گونہ پانی جذب کرنے سے حجم کا بڑھنا۔ اوبال کر کھانے سے چالیس فیصدی پروٹین کا جذب ہی نہ ہو سکنا۔ اور (بقول ڈاکٹر ہیگ) یورک ایسڈ اور پیورین بیسنر کی موجودگی سے مضر صحت ہونا ان کے عمدہ خوراک سمجھے جانے کے خلاف فتوے ہیں + نیز (بقول ڈاکٹر چرچ) دالوں کا پروٹین بمقابلہ روٹی کے اناجوں کے نہ صرف دیر میں ہضم اور جذب ہوتا ہے۔ بلکہ بہت سا حصہ ویسے کا ویسا ہی بغیر کسی اثر کے خارج ہو جاتا ہے۔ اور یہ غیر مستعمل

حصہ اس وقت خصوصاً بہت زیادہ ہوتا ہے۔ جبکہ دال کھانے کا بڑا حصہ بنتی ہے۔ اس لئے آنتوں میں سڑاند کا باعث ہوتی ہے + علاوہ ازیں دالوں کے نائٹروجی نس حصے میں کچھ مرکبات ایسے بھی ہوتے ہیں۔ جوکہ نائٹروجی نس ہونے کے باوجود "ایلبیو مینایڈ" نہیں ہیں۔ یعنے ساختوں کے بنانے اور پرورش جسمانی کے کام نہیں آتے۔ یہ کیمیائی بناوٹ میں سادہ ہوتے ہیں۔ اور ان کی خاصیت "ایلکلائیڈ" کی سی ہے۔ چنانچہ انمیں سے ایک کا نام "ٹیوپی نین" اور دوسرے کا نام "ایسپر جنین" کہا گیا ہے + گو بلحاظ فصل کے پکی ہوئی دالوں میں ان "نان ایلبیو مینایڈ" مرکبات کی مقدار تھوڑی ہوتی ہے یعنے کل نائٹروجی نس مادے میں ۳ سے ۵ فیصدی تک ہی پائی جاتی ہے۔ لیکن کچی پھلیوں۔ بیجوں اور شاخوں میں یہ مرکبات بکثرت ہوتے ہیں + چونکہ اہل ہند میں یہ ایک عالمگیر خوراک کا درجہ رکھتی ہے۔ اس لئے ہر ایک پہلو کو مدنظر رکھتے ہوئے ان کا تھوڑی مقدار میں کھانا ہی بہتر کہا جاسکتا ہے +

## ۵۔ جو۔ جوار اور باجرہ وغیرہ

ان اناجوں کی تقریباً نصف مقدار پروٹین کا جذب نہ ہوسکنا (بقول ڈاکٹر میکے) اس امر پر دلالت کرتا ہے۔ کہ یہ انسانی خوراک ہی نہیں + کیونکہ جب ان کی پروٹین ہی اس حالت میں نہیں۔ جس کو انسانی کھانے کی نالی بخوبی جذب کر سکے۔ تو ان کو آدمی کی خوراک ہی کیونکر کہا جاسکتا ہے؟ اس لئے ان کا کھانے میں شامل کرنا ایک بنیادی غلطی کا مظہر ہے + گو پنجاب کے بعض اضلاع میں ان کا عام استعمال کیا جاتا ہے۔ لیکن اُن لوگوں کی صحت اور قوتِ جسمانی غالباً دُودھ وغیرہ پر انحصار رکھتی ہے۔ جوکہ اُن کے

کھانے کا لازمی جزو ہوتے ہیں +

## (۶) سبزیاں اور پھل

آلو وغیرہ سبزیاں اور انجیر انگور سیب اور ناشپاتی وغیرہ پھل علاوہ قبض کشا ہونے کے نباتاتی اور معدنی نمکوں کی بدولت خون کو صاف کرتے اور جسمانی ساختوں میں مددگار ہوتے ہیں۔ اگرچہ گیہوں اور تازہ دُودھ کے استعمال کرنے والے بھی "سکروی" وغیرہ امراض سے محفوظ رہتے ہیں۔ لیکن خاص اس مطلب کے لئے آم۔ لیمو۔ املی و انگور وغیرہ کا کھانا بہتر کہا گیا ہے + غلیظ جگہ کی پیدا شدہ کچی سبزیاں مثلاً مُولی۔ کھیرا یا ان کا آچار کھانے سے بدہضمی اور ہیضہ وغیرہ متعدی امراض کا بھی احتمال ہوتا ہے۔ اس لئے استعمال سے پہلے ہمیشہ ان کو اُبلتے پانی سے دھو لینا چاہئے +

## "ج"۔ معدنی اغذیات

اگرچہ عام طور پر اہل حکمت غذا تجویز کرتے ہُوئے تین اشیاء (پروٹین۔ روغن اور کاربوہائیڈریٹ) کو ہی خوراک کے مقدم اجزاء قرار دیتے ہیں۔ لیکن درحقیقت ان کی جگہ انسانی خوراک کے تین افضل اجزاء (جیسا کہ تازہ تحقیقات ثابت ہُوا ہے) ہوا پانی اور معدنی نمک ہیں + چنانچہ اگر سلسلہ زندگی کو لاکھوں برس پیچھے کی طرف لیجا کر دیکھا جائے۔ تو معلوم ہوتا ہے۔ کہ "امیبا" کی سی جسمانی حالت میں صرف یہی تین اجزاء قیام صحت اور نشوونما کے لئے ضروری تھے۔ جب "ایوولیوشن" کی بدولت دیر تک ترقی کرتے ہُوئے "ریڑھ کی ہڈی والوں" کی صورت پائی۔ تب کہیں خاص مقررہ اوصاف اور مقدار میں پروٹیڈ۔ روغن اور کاربوہائیڈریٹ

قسمت میں آیا + بایںہمہ اگرچہ اعلیٰ درجہ کی حیوانی صورت کے لحاظ سے ہماری زندگی کے لئے یہ اشیا بے بدل ہیں۔ تاہم اس امر کو کافی سے زیادہ زور کے ساتھ ظاہر نہیں کیا جا سکتا۔ کہ یہ گروہ اول الذکر ہر سہ اشیا کا محض معاون ہی ہے + کیونکہ جسم کی پرورش جس خون کی دھارا سے ہوتی ہے۔ اس میں معدنی نمک ایسے قیمتی اجزا ہیں۔ جن کی موجودگی کے بغیر وہ کیمیائی اوصاف میں ناقص ہو جاتا ہے۔ اور جسمانی مرمت اور افعال کو ٹھیک طور پر جاری نہیں رکھ سکتا +

چونکہ یہ ضروری نمک انسان کے عمل "جاذبہ اور ساختہ" کے لئے نہایت موزون حالت صرف نباتات میں رکھتے ہیں۔ اس لئے پھلوں اور سبزیوں کا خوراک میں اعلیٰ ترین درجہ کہا گیا ہے لیکن عین چھلکے کے نیچے ہونے کی وجہ سے موٹا چھلکا اُتارنے چھیل کر پانی میں بھگونے اور اوبال کر پانی نکال دینے سے ضائع ہو جاتے ہیں۔ اس لئے نامناسب طور پر پکانا بھی غذا کو ناقص بنا دیتا ہے + اگرچہ خفیف مقدار میں دیگر نمک بھی ان میں پائے جاتے ہیں۔ لیکن نمایاں مقدار سوڈیم پوٹاسیم۔ میگنیسیم۔ فولاد۔ فاسفورس اور گندھک کی ہوتی ہے۔ ان کا زندگی کے لئے ازبس ضروری ہونا اس سے ظاہر ہے۔ کہ اگر کسی حیوان کی غذا سے یہ نکال لئے جائیں۔ تو وہ تھوڑے عرصہ میں ہی ہلاک ہو جاتا ہے۔ اس لئے لازمی ہے۔ کہ ہر شخص کی خوراک میں پروٹین۔ روغن اور کاربوہائیڈریٹ کے ساتھ معدنی نمک بھی مناسب مقدار تناسب سے شامل ہوں۔ جن سے کہ معمولی مہذب آدمی اکثر محروم رہتے ہیں + چنانچہ بعض محققین کی رائے میں معتدل ممالک کی مہذب اقوام میں "سرطان" کی بیماری کا بکثرت ہونا اُن کے سفید میدے

کی روٹی اور گوشت (جس میں بجائے قیمتی نمکوں کے فاسد مادے زیادہ ہوتے ہیں۔) کے زیادہ کھانے بالفاظ دیگر ان کی خوراک میں معدنی نمکوں کی کمی کا ہی نتیجہ ہے۔ کیونکہ گرم ممالک میں جہاں گیہوں کا موٹا آٹا اور پھل یا سبزی وغیرہ کا عام استعمال ہوتا ہے۔ وہاں یہ مرض النادر کالمعدوم ہے + علاوہ ازیں ان کا خون میں خاص نسبت سے موجود رہنا حیرت بخش ہونے کے ساتھ ہی ان کی خاص ضرورت پر بھی دلالت کرتا ہے۔ کیونکہ "پروٹین" کے اجزا پذیر ہونے پر جو تیزابی اشیاء ظہور پکڑتی ہیں۔ ان کو بے اثر بھی غذا میں شامل شدہ کھاری مادوں سے ہی کیا جاتا ہے۔ نہ کہ ساختوں سے لے کر۔ مثال کے طور پر یوں خیال فرمائیں۔ کہ "ایلبیومن" کے ٹوٹنے پر جو امونیا بنتا ہے۔ اس سے یہ "نیوٹریلائیز" کرنے کا کام لیا جاتا ہے +

اگرچہ ان کے طریقِ عمل کو بالتفصیل بیان کرنے میں تو خوف طوالت مانع ہے۔ لیکن ان کی عظمت ذہن نشین کرانے کی غرض سے مختصر طور پر ذکر کرنا بے شود نہ ہوگا۔ چنانچہ (۱) کھاری نمک کاربانک ایسڈ کو ساختوں سے پھیپھڑوں میں پہنچاتے ہیں۔ آنتوں کے ہاضمہ میں علاوہ روغن کو صابون بنانے کے خاص امداد دیتے ہیں۔ کیونکہ خاص "فرمنٹ" ان کی موجودگی میں ہی کام کر سکتے ہیں + پروٹیڈ مادے سے گلابیولن کو لے کر خون میں حل کرتے ہیں + (۲) ان کے سوا دیگر نمک بھی پرورش کے لئے اتنے ہی ضروری ہیں۔ نیز چونکہ بہت سے نمکوں کے باہمی ملنے سے "ڈیفیوژن اور آسموسس" (مختلف عروق کا باہمی تبادلہ) کا عمل تیز ہوتا ہے۔ اور جسم کے عرقوں میں لہریں پیدا ہوتی ہیں۔ جو کہ زندگی کے لئے ضروری ہیں۔ اس لئے خاص تشکتی کے مظہر ہوتے ہیں +(۳) چونکہ مختلف نمک پانی میں حل ہونے پر

مختلف قسم کے "ایوُن" نامی اجزاء میں منقسم ہو جاتے ہیں۔ جن میں مثبت اور منفی بجلی قیام پاتی ہے۔ اِس لئے (بقول پروفیسر لوئب) غذا کا خاص کام ہضم ہو کر عضلات و اعضاء میں سوختہ پذیر ہونا نہیں۔ بلکہ برقی "ایوُنز" مہیا کرنا ہے۔ اور حرارت صرف اس عمل میں ہی پیدا ہو جاتی ہے۔ جو کہ بجلی کی پیدائش کا باعث ہوتا ہے + گویا جسم ایک قسم کا "ڈائی نیمو" ہے۔ جس میں عصبی "سیلز" جمع کرنے والی "بٹریوں" کی اور اعصاب تاروں کی حیثیت رکھتے ہیں +

برقی محرک شکتیاں جو جسم میں پائی جاتی ہیں۔ عروق میں شامل شدہ نمکوں کے ٹوٹنے اور آزاد "ایوُنز" کے جسمانی عروق میں راستہ پانے پر انحصار رکھتی ہیں + مختلف نمکوں کے "ایوُنز" باہمدگر ایک دوسرے پر اثر پیدا کرتے ہوئے "آسموٹک" دباؤ کو قائم رکھتے اور اس طرح پر زندگی کے نہایت ضروری افعال کو باقاعدگی میں رکھتے ہیں۔ جن کا انحصار ہی اِس مستقل "آسموٹک" دباؤ پر ہے +

المختصر معدنی نمک نہ صرف جسمانی ساختوں کے بنانے میں ہی کام دیتے ہیں۔ بلکہ ان کی نشوونما اور افعال زندگی کا بھی دارومدار انہی پر ہے +. دریں حالات بآسانی خیال کیا جاسکتا ہے۔ کہ پھل اور سبزی کی موجودگی ہماری غذا میں کتنی ضروری ہے۔ اور اس کا موٹا چھلکا اُتارنا یا اُبال کر نچوڑنا کتنا مضر ہے؟ معدنی نمکوں کے حصول کی غرض سے ضروری ہے۔ کہ یا تو بھاپ سے سبزی اُبالی جائے۔ یا اُس کے عرق کو بھی پیا جائے۔ نیز مختلف قسم کے پھل۔ لیمو یا اچار وغیرہ گاہے گاہے نہیں۔ بلکہ کھانے کا ایک لازمی روزانہ جزو ہوں +

بادام اخروٹ چلغوزہ وغیرہ بھی ان نمکوں کے بکثرت ہونے سے

غذا میں شامل کرنے بہتر ہیں۔ صرف گوشت سے احتراز کرنا واجب ہے۔ جو کہ بیشمار تکالیف کا باعث ہو رہا ہے + میدے کے بالمقابل گیہوں کا دلیا افضل جگہ پانے کا مستحق ہے +

## کھانے کا معمولی نمک

نباتات کی نسبت حیوانات میں "کھانے کے نمک" (سوڈیم کلورائڈ) کا زاید ہونا ہی اپنی "ایونز" کی بدولت ان کے دل اور عضلات وغیرہ کی خاص حرکات کی زیادتی کا باعث بیان کیا گیا ہے + چونکہ خون کا نمک سبزیوں کے "پوٹاسیم" کے ساتھ مل کر پوٹاسیم کلورائڈ وغیرہ کی صورت میں خارج ہو جاتا ہے۔ اس لئے اس کی جگہ پوری کرنے کے لئے سبزی خوروں کے لئے اس کا استعمال لازمی امر ہے + مگر جب یہ ضرورت جسمانی سے زیادہ کھایا جاتا ہے۔ تو جسمانی ساختوں میں جمع ہوتا رہتا ہے + چونکہ قلموں کی صورت میں نہیں۔ بلکہ خاص درجہ کے عرق کی صورت میں رہ سکتا ہے۔ اس لئے اس کے ساتھ خاطر خواہ مقدار میں پانی کا بھی جمع ہونا لازمی ہوتا ہے۔ تاکہ "آسموسس" کا عمل بخوبی ہو سکے + یہی وجہ ہے۔ کہ باوجود گردوں کے صحیح ہونے اور کلورائڈز کو بآسانی نکال سکنے کے بھی ساختوں میں پانی بھرا رہتا ہے۔ اور وزن جسمانی جھوٹے طور پر بڑھ جاتا ہے + علاوہ ازیں پیاس زیادہ لگتی اور پیشاب زیادہ آتا ہے + اگرچہ تندرستی کی حالت میں تو اتنے پر ہی اکتفا ہوتا ہے۔ لیکن اگر کسی قسم کی ضرب لگ جاتی ہے۔ تو یہ ساختیں سوزش کے وقت زیادہ "ری ایکشن" دکھاتی ہیں۔ اور اگر گردوں میں بھی نقص ہو۔ تو اڈیما (سوجن) بھی شروع ہو جاتا ہے + چونکہ پیشاب کے علاوہ نمک کا پسینے کے ساتھ بھی اخراج ہوتا ہے۔

اس لئے خوراک میں نمک کی زیادتی جلد کے امراض چنبل وغیرہ میں بھی خراش کا باعث ہوتی ہے + بدینوجوہات صاف ظاہر ہے۔ کہ کھانے میں نمک کا کم ہونا جلد کی سوزش اور دل و گُردے کی امراض میں ازبس مفید ہوگا + بہرحال بلحاظ گُردوں سے بآسانی خارج ہو سکنے کے اس کی روزانہ ضرورت دس گرام (دس ماشہ) بیان کی گئی ہے۔ گو بعض کے خیال میں اس سے بھی کم یا تقریباً نصف مقدار کی ضرورت ہے +

**مصالحہ جات**:۔ اس گروہ میں دھنیا زیرا لونگ الائچی اور مرچ سیاہ وغیرہ شامل ہیں۔ یہ بباعث اس خوشبودار تیل کے جوکہ ان کا جزو اعظم ہوتا ہے۔ تین فوائد کے لئے استعمال کئے جاتے ہیں:۔ (۱) اینٹی سیپٹک:۔ کیونکہ کھانے کی نالی میں خمیر کو روکتے ہیں (۲) کارمینے ٹو:۔ کیونکہ رطوبات ہاضمہ اور حرکاتِ معدہ کو تیز کرتے ہیں (۳) سٹمولنٹ:۔ کیونکہ نظام عصبی پر قدرے مفرح اثر بھی پیدا کرتے ہیں + مگر یہ خیال رہے۔ کہ ان کا زیادہ استعمال بجائے فائدہ کے اُلٹا نقصان بھی پہنچاتا ہے۔ کیونکہ معدہ کی خراش وغیرہ کا باعث ہوتا ہے + اور سُرخ مرچ کی نسبت تو ڈاکٹر کیلاگ" ایم۔ ڈی" فرماتے ہیں۔ کہ اس کا ڈسنے یا جلنے والا ذائقہ ہی مظہر ہے۔ کہ یہ شے کھانے کے لائق نہیں +

## کھانے کا وقت

یوں تو کھانے کا وقت وہی ہے۔ کہ "امیر کو جب بھوک لگے۔ اور غریب کو جب میسّر آوے"۔ لیکن چونکہ عام طور پر ہر قسم کا کھانا تین چار گھنٹے میں ہضم ہو جاتا ہے۔ اس لئے گھنٹہ ڈیڑھ گھنٹہ معدہ کے آرام کے لئے چھوڑ کر یعنے پہلے کھانے سے تقریباً پانچ گھنٹے کا وقفہ کرکے دوسری دفعہ کھانا

چاہیئے۔ اس سے بیشتر کھانے میں بدہضمی کا احتمال (افراط) اور دیر کرنے میں ساختوں کے نقصان کا خطرہ (تفریط) ہوتا ہے ۔ بعض اشخاص کو بکری کی طرح دن بھر چرتے رہنے یعنے گھڑی گھڑی کوئی نہ کوئی چیز کھاتے رہنے کی خراب عادت ہوتی ہے ۔ اس لئے جس طرح باورچی کے ایک ہی دفعہ سب کچھ دیگ میں نہ ڈال کر آگ پر چڑھانے سے یعنے دس پندرہ منٹ کے وقفوں سے تھوڑی تھوڑی چیز اس میں ڈالنے سے دال چاول وغیرہ نیم پختہ رہتے ہیں ۔ ویسے ہی بار بار کھانے والوں کا حال ہوتا ہے ۔ چنانچہ امیروں کی بدہضمی کا اکثر یہی باعث ہوتا ہے ۔ صبح کے وقت چونکہ معدہ بالکل خالی ہوتا ہے ۔ اس لئے کام پر جانے سے پہلے بطور ناشتہ کے تھوڑا سا ضرور کھا لینا چاہیئے۔ بقولیکہ:۔ ع یک لقمۂ صباحی بہ از صد مُرغ و ماہی ۔ ورنہ بھوک کی تکلیف اور نقصان ساخت کے علاوہ طبیعت کے کمزور ہونے کی وجہ سے مقابلۂ امراض کی قوت کم ہوتی اور متعدی بیماریوں کی قبولیت کا احتمال زیادہ ہوتا ہے ۔ لیکن چونکہ کام کرنے کے وقت (خواہ جسمانی ہو یا دماغی) شکستی کی ضرورت اعضاء کار کی طرف زیادہ ہوتی ہے ۔ اس لئے ایسی صورت میں شکم سیر ہو کر نہیں کھانا چاہیئے ۔ گویا سخت کام کرنے سے پہلے خوب پیٹ بھر کر کھانے کا خیال سراسر غلطی اور جہالت پر مبنی ہے ۔ کیونکہ اگرچہ جسم کو بھاپ کے "انجن" سے تشبیہ دی جاتی ہے ۔ جس میں یہ بات لازمی ہے ۔ کہ جس قدر ایندھن پڑیگا ۔ اسی قدر بھاپ زیادہ پیدا ہوگی ۔ مگر جسمانی "انجن" دوسرے انجن سے یہ خاص فرق رکھتا ہے ۔ کہ اس کی طاقت اس کی ساخت سے ہی پیدا ہوتی ہے ۔ گویا موجودہ کام کے لئے

تمام طاقت اس غذا سے حاصل ہوتی ہے۔ جو کہ کچھ عرصہ پہلے کھائی جاکر اب عضلات و اعصاب وغیرہ کے مادے میں شامل ہو چکی ہے۔ نہ کہ اس خوراک سے۔ جو اب معدہ میں بھری گئی ہے۔ اس لئے پیٹ بھر کر کھانا ہمیشہ ایسے وقت پر چاہئے۔ جبکہ ہر قسم کے کاروبار سے فراغت ہو جائے (جو کہ عام طور پر شام کا وقت ہوتا ہے) تاکہ تمام تسکتی ہاضمہ کی طرف رجوع ہونے سے بآسانی ہضم ہو سکے + لیکن یہ خیال رہے۔ کہ کھانے کے بعد ہلکی قسم کی ورزش مثلاً چہل قدمی کرنا۔ سیٹی بجانا۔ یا تفریحاً ہلکی گفتگو کرنا وغیرہ دورانِ خون کو تیز کرنے کی وجہ سے ہاضمہ میں مددگار ہوتی ہے۔ اور کھانے کے بعد فوراً سو جانا دوران خون میں سستی پیدا کرنے سے ہاضمے میں نقص کا باعث ہوتا ہے۔ جس سے طرح طرح کے خواب آتے اور دماغ کے آرام کرنے میں مخل ہوتے ہیں۔ اس لئے رات کا کھانا سونے سے تقریباً تین گھنٹے پہلے ہونا چاہئے + دیگر امر یہ بھی یاد رہے۔ کہ کھانا ہمیشہ حتے الامکان مقررہ اوقات پر ہونا چاہئے۔ کیونکہ عادت (لاء آف رِتھم) کے بموجب وقت معینہ پر نظام جسمانی کی تمام طاقتیں خود بخود ہاضمے اور جاذبے کے لئے تیار ہوتی ہیں۔ گویا بیقاعدگی بھی خلاف قدرت ہونے سے نقص صحت کا موجب ہوتی ہے + چونکہ زیادہ پیٹ بھر کر یعنے ایکدم زیادہ کھانے سے جسمانی ساختوں کا تبادلہ جلدی جلدی شروع ہو جاتا ہے۔ گویا بجائے ساختوں کو محفوظ رکھنے کے غذا کی زیادتی اپنی جگہ بنانے کے لئے ان کو توڑنے کے لئے مجبور کرتی ہے۔ یا خود جگہ نہ پانے سے برباد ہوتی ہے۔ نیز ہاضمہ و جاذبہ وغیرہ کی قوتوں پر بھی یکلخت ہی بوجھ

پڑ جاتا ہے۔ اس لئے زیادہ مقدار میں ایک ہی دفعہ ٹھونس لینے کی نسبت دن میں تین مرتبہ کھانا بہتر کہا گیا ہے ⁂

## کھانے کی ترتیب

چونکہ جو اشیاء پہلے کھائی جاتی ہیں۔ وہ تو معدہ کی رطوبت سے جلد مل جاتی ہیں۔ اور جو آخیر میں کھائی جاتی ہیں۔ وہ دیر میں ملتی ہیں۔ اور اس وقت تک تھوک کی رطوبت سے ہی اثر انداز ہوتی رہتی ہیں۔ اس لئے نائٹروجی نس اشیاء پہلے اور نشاستہ کی بنی ہوئی اشیا بعد میں کھانی چاہئیں + ایسے ہی روغنی اشیاء سے چونکہ معدہ میں "واٹر پروف کوٹنگ" (پانی کے ناقابل گذر تہ کا جماؤ) ہو جاتا ہے۔ اور رطوبتِ معدہ کے لئے نائٹروجی نس مادہ تک پہنچنا کٹھن ہوتا ہے + نیز مٹھائی وغیرہ کا پہلے کھانا معدہ کے ہاضمے میں سدِّراہ ہوتا ہے۔ اس لئے ایسی اشیا کو بھی کھانے کے آخری حصّے میں شامل کرنا بہتر ہوتا ہے +

پھلوں میں چونکہ غذائیت بہت کم ہوتی ہے۔ اور حجم زیادہ۔ گویا یہ بھوک کا احساس مٹانے میں تو کام آسکتے ہیں۔ لیکن درحقیقت جسمانی ضرورت کو پورا نہیں کرسکتے۔ اس لئے ہمیشہ ان کو بھی کھانے کے بعد ہی استعمال میں لانا چاہئے ⁂ تُرش اشیاء (مثلاً لیمو یا چٹنی وغیرہ) چونکہ رطوبت معدہ کے اخراج میں مانع ہوتی ہیں۔ اس لئے ان کا استعمال بھی اختتام پر ہی موزوں کہا جاسکتا ہے۔ لیکن ڈاکٹر ہاؤلو کی رائے اس کے خلاف ہے +

## اختلاف الاشیاء کی ضرورت

مندرجہ بالا مضمون کے مطالعہ سے یہ بخوبی روشن ہوسکتا ہے۔ کہ

دال چاول سے ہی ضروری مقدار میں "نائٹروجن" حاصل کرنے پر علاوہ حجم کی زیادتی کے "کاربوہائیڈریٹ" کی بھی زیادہ مقدار کا استعمال کرنا پڑتا ہے۔ جو کہ جاذبے میں خلل انداز ہو کر غذا کے پورے فائدے سے محروم رکھتے اور کمزوری کا باعث ہوتے ہیں۔ اس لئے ضروری ہے۔ کہ ان کے ساتھ دودھ اور پنیر وغیرہ حیوانی اشیاء اور گیہوں و ارہر وغیرہ نباتاتی اشیاء کا بھی استعمال کیا جائے۔ جن میں کہ علاوہ کیمیائی طور پر پروٹین کی بکثرت موجودگی کے اس کی فیصدی مقدار بھی زیادہ جذب ہوتی ہے + نیز حجم[۱] اور جاذبہ[۲] کی صحیح مقدار کو مدنظر رکھنے کے علاوہ خوراک میں اختلاف الاشیاء کی موجودگی ذیل کی وجوہات سے بھی لازمی ہے :- (۱) تھوڑا کھا کر طبیعت اُکتا نہ جائے۔ جیسے عام طور پر تھوڑی سی مٹھائی کھانے کے بعد باوجود پیٹ خالی ہونے کے بھی اور کھانے کو جی نہیں چاہتا (۲) کئی اشیاء کے ایکدوسرے کے ساتھ ملا کر کھانے سے قوت ہاضمہ خوب کام کرتی ہے (۳) مختلف اشیاء کی موجودگی سے دماغی تاثرات قوت ہاضمہ پر عمدہ اثر ڈالتے ہیں (۴) مختلف اقسام کے کیمیائی اجزاء ایک ہی وقت میں حاصل ہو کر جسمانی مشین کے نقص ساخت میں اپنے متعلقہ پرزوں کی درستی کر سکتے ہیں (۵) اگر لگاتار ایک ہی قسم کی خوراک کی عادت بنائی جائیگی۔ تو معدہ وغیرہ اعضاء دیگر اقسام کی اشیاء کے ہاضمہ و جاذبہ کی قابلیت کھو بیٹھینگے۔ اور ایک ہی قسم کی رطوبات ہاضمہ کے اخراج سے صحت میں نقص آنے کا احتمال ہوگا +

---

۱ حجم کا اتنا ہونا ضروری ہے۔ کہ شکم سیری کے احساس سے تسکین قلبی حاصل ہو +
۲ جاذبہ اتنا چاہئے۔ کہ ضروریات جسمانی کے پورا کرنے کو کافی ہو +

بدیں وجوہات اگر ایک وقت میں نہ ہوسکے۔ تو کم ازکم دن کے مختلف اوقات پر تو ضرور ہی تبادلۂ اغذیات کرنا چاہیئے۔ بلکہ بار بار وقت پر سوچنے کی بجائے اگر ایک دن دو چار گھنٹے خرچ کر کے ہفتہ بھر کے لئے مختلف اوقات پر مختلف قسم کی اشیاء خوراک کی فہرست بنا کر رکھ لی جائے۔ تو بہت اچھا ہو + اہل ہنود کی پرانی رسوم کے لحاظ سے خاص ایام میں خاص مقررہ اشیاء کا کھانا مثلاً سنیچر کے دن چنے اور تیل کا استعمال وغیرہ غالباً اسی اصول کی تعمیل کا مظہر ہے +

**برت** :- اسی سلسلے میں "برت" کے فوائد کا ظاہر کرنا بھی بیجا نہ ہوگا۔ جس کا ذکر ہندو شاستروں میں عام طور پر پایا جاتا ہے۔ اس کی کئی قسمیں ہیں :- (۱) بعض میں صرف ایک وقت کھانا کھایا جاتا ہے (۲) بعض میں صرف پھل اہار یا دودھ کی اجازت ہوتی ہے (۳) بعض نراہار برت ہوتے ہیں۔ (۴) بعض برتوں میں نمک یا پانی وغیرہ کا استعمال منع ہوتا ہے (۵) کر چھر چاندرائن وغیرہ جن میں چاند کی تاریخوں کے بموجب لقمے کم و بیش کئے جاتے ہیں +۔ ان کے فوائد بھی بلحاظ اقسام کے مختلف ہیں :- (۱) چونکہ عام لوگ جیسا کہ پیشتر ظاہر کیا جا چکا ہے۔ زیادہ کھانے کے عادی ہوتے ہیں۔ اس لئے ہفتہ عشرہ کے بعد ایک وقت نہ کھانے کا فائدہ اعضاء انہضام کو آرام دینا ہے۔ تاکہ کثرتِ کار کی وجہ سے یہ اعضا وقت سے پہلے ناکارہ ہوکر بوڑھاپے میں بدہضمی وغیرہ کا موجب نہ بنیں + دیگر۔ چونکہ زیادہ کھانے سے غفلت اور سستی پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے صفائی طبع کے لئے بھی یہ عمل بہتر ہوتا ہے۔ بقول سعدی :-

ے اندروں از طعام خالی دار ٭ تا درو نورِ معرفت بینی

نیز "یورک ایسڈ" وغیرہ زہریلے مادوں کا اخراج بھی اس عمل کے نتائج میں مخفی رہتا ہے +

(۲) دوسری قسم کے برت کا یہ فایدہ ہے۔ کہ معمولی کھانے (دال روٹی وغیرہ) جو ہر روز کھائے جاتے ہیں۔ خون میں ترشی کا مادہ پیدا کرنے سے اکثر امراض کا باعث ہو سکتے ہیں۔ اس لئے اس ترشی کی اصلاح کے لئے آلو وغیرہ سبزیاں یا سیب وغیرہ پھل کھانے بہتر ہوتے ہیں۔ جو کہ خون میں کھار کا مادہ بڑھا سکتے ہیں + مطلب یہ کہ بباعث ہر روز میسر نہ آسکنے کے بلحاظ موسم کے خاص ایام پر خاص قسم کے پھل اہار کرنا ضروری قرار دیا گیا۔ تاکہ صحت میں نقص نہ آنے پاوے + ایسے ہی حیوانی "پروٹین" کی غرض سے دودھ پینا روا رکھا گیا +

(۳) نراہار "برت" قوت برداشت پیدا کرنے کے سادھن ہوتے ہیں۔ تاکہ کسی قسم کی مصیبت آنے پر انسان بلا تکلف اس کا مقابلہ کر سکے۔ ورنہ جس شخص نے ہمیشہ عیش میں ہی دن گزارے ہوں۔ وہ دھارمک یا قومی خدمات میں تکلیف اٹھانے کے وقت ہمیشہ پیٹھ دکھاتا ہی نظر آئیگا :-

بقولیکہ :- ؎ تنور شکم دمبدم تافتن
مصیبت بود روز نا یافتن

دیگر۔ "احساس ہمدردی" کا پیدا کرنا بھی ایسے "برت" سے ممکن ہے۔ کیونکہ بھوک کے تکلیف خود محسوس کرنے سے ہی کسی دوسرے بھوکے شخص کو دیکھ کر من میں دیا آسکتی ہے۔ ورنہ "جس کے پاؤں نہیں گئی بوائی . . . وہ کیا جانے پیڑ پرائی + میکاڈو بادشاہ جاپان کی نسبت ایکدفعہ اخبار میں پڑھا گیا تھا۔ کہ "پلٹن کے لئے نئے نمونے کی

بندوقیں بننے پر ایک رات خود کندھے پر بندوق اٹھا کر گشت کرتا رہا۔ تاکہ یہ معلوم کر سکے۔ کہ سپاہیوں کے لئے زیادہ بوجھل تو نہیں؟ نیک حاکموں کا رعایا کی تکالیف معلوم کرنے کا یہی مقدس طریق ہوتا تھا۔ ورنہ جن کو اپنی عیش گزرانی سے ہی فرصت نہیں ملتی۔ وہ بے بسوں کے درد کو کب سمجھ سکتے ہیں؟

؎ تو اے کبوتر بام حرم! چہ میدانی؟
طپیدنِ دل مُرغانِ رشتہ برپارا

تیسری بات یہ ہے۔ کہ اس عمل میں "ریا" کو بھی بہت کم گنجائش ہے۔ اس لئے بقول سعدی:۔

؎ کلید در دوزخ است آں نماز :: کہ بر روی مردم گذاری دراز

خودی کی نشو و نما نہ ہونے کی وجہ سے مصائب سے محفوظ رہتا ہے۔ اور قربانئے نفس کی وجہ سے بہشتی راحت کا مستحق ہوتا ہے۔ کیونکہ تمام ادنےٰ درجہ کی خواہشات نفسانی کا انحصار پیٹ بھرنے پر ہی ہے:۔

؎ جب آدمی کے پیٹ میں آتی ہیں روٹیاں
سو سو طرح کی ناچ نچاتی ہیں روٹیاں"

(۴) نمک وغیرہ کا خاص دنوں میں تیاگ کرنے سے بلحاظ ذائقہ کے تو نفسانی جذبات کمزور ہوتے اور قوت ارادی زور پکڑتی ہے۔ اور بلحاظ خوراک کا جزو اعظم ہونے کے پانی کی کمی کا باعث ہو کر خون کے دباؤ کو کم کرتا اور دل و دماغ پر راحت بخش اثر ڈالتا ہے +

(۵) کر چھر چندرائن قسم کے برت ہر شخص کے لئے ضروری نہیں۔ بلکہ ہٹھ یوگ کا سادھن ہونے کی وجہ سے صرف ان لوگوں کے لئے تھے۔ جو کہ نفسانی جذبات پر قابو نہیں پا سکتے تھے۔

اور سیدھیاں حاصل کرنی چاہتے تھے - کیونکہ اس عمل سے سھتول شریر کے قواء کمزور ہو کر سوکشم شکتیوں کو ظاہر ہونے کا موقع مِلسکتا ہے - بقولیکہ :-

ﮧ جب لگ تن ناہیں جرت من ناہیں مرجات
تب لگ مورت سیام کی ناہیں دکھات

اہل اسلام میں ماہِ رمضان کے روزے رکھنا اسی عمل کی دوسری صورت ہے +

## خاص ہدایات

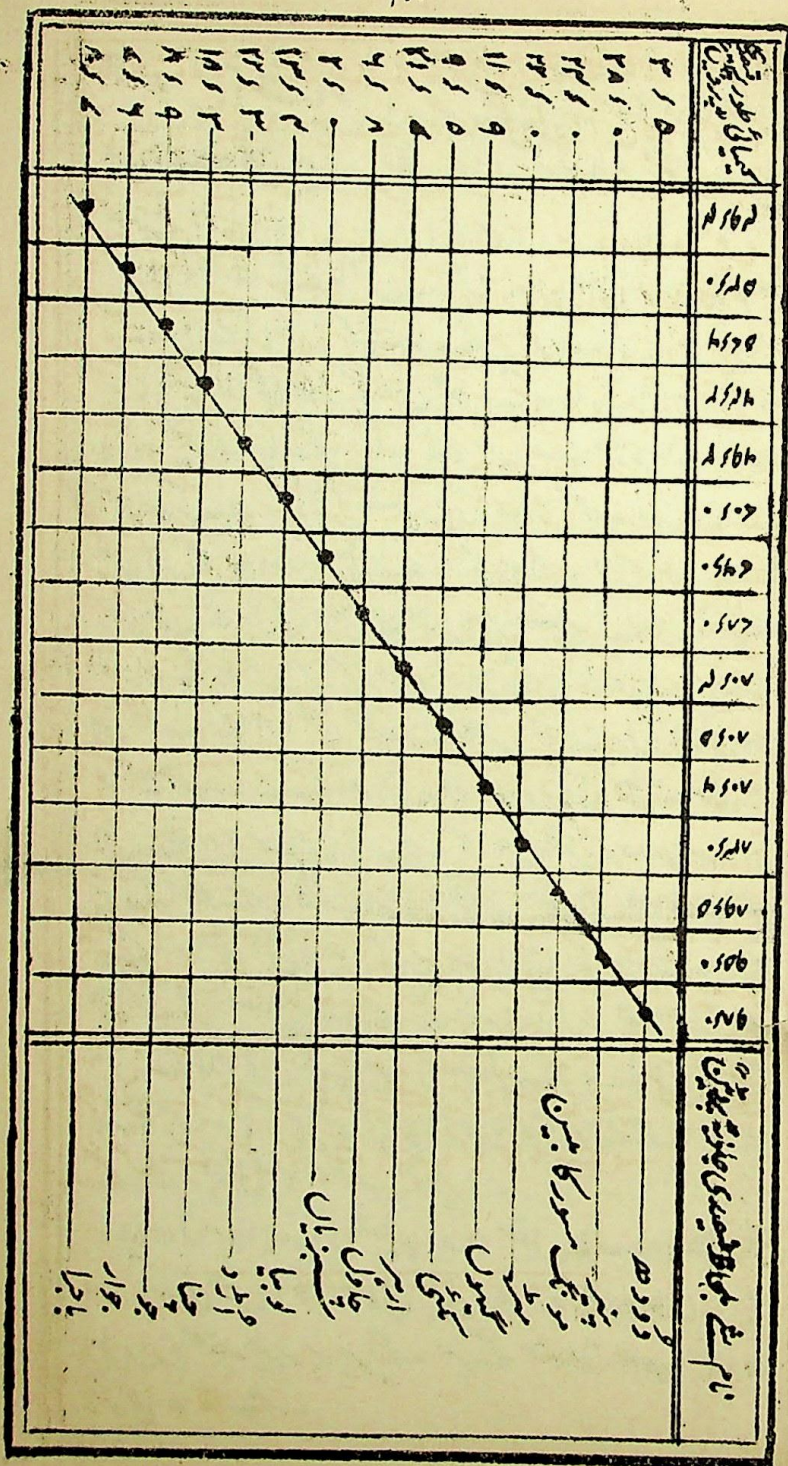
کھانے سے پیشتر ہاتھ دھونے کُلّی یا آچمن کرنے - اس امر کے جانچنے کہ کھانا غلیظ ہاتھوں یا ناواقف شخص سے تو تیار نہیں ہُوا - کھاتے وقت خاموش رہنے اور کھا چُکنے پر دانتوں کی صفائی کرنے پر بھی عالموں نے خاص ہدایات صادر فرمائی ہیں - فوائد ان باتوں کے ہر شخص بآسانی سمجھ سکتا ہے - کہ ہاتھ دھونے سے تو ان غلاظتوں کے مُنہ میں جانے سے حفاظت ہوتی ہے - جو کہ کاروبار زندگی میں ہر اچھی بُری جگہ ہاتھ لگانے سے اس میں چمٹ جاتی ہیں ( لازمی نہیں ہے - کہ وہ نظر بھی ضرور آویں ) چونکہ سیسہ وغیرہ کے کارخانوں میں معدنی ذرات ہوا کے ساتھ اُڑ کر مُنہ میں چلے جاتے ہیں - اس لئے ان کے زہریلے اثر سے محفوظ رہنے کے لئے کُلّی کرنے کی ہدایت کی گئی ہے + آچمن کرنے سے مُنہ کی "میوکس" نامی رطوبت دُھل کر رقیق ہو جاتی ہے - جو کہ بصورت دیگر کھانے سے مل کر خمیر[1] کا باعث ہوتی ہے +

[1] خمیر کے عمل میں جو گیس اور ایسڈ پیدا ہوتے ہیں - انمیں سے اول الذکر توریح اور درد شکم کا باعث ہوتی ہے اور آخر الذکر علاوہ غذا کے ہاضمہ

غلیظ ہاتھوں یا برتنوں سے کئی قسم کے مضر صحت مادوں کی شمولیت کا احتمال ہوتا ہے + ناواقف شخص سے ممکن ہے کہ کسی متعدّی مرض میں مُبتلا ہوکر بظاہر تندرست لیکن دراصل ”حاملِ جراثیم“ (بیسی لائی کیریر) کی حالت میں ہو۔ جس سے دوسروں کو وہی بیماری ہونے کا امکان ہوتا ہے ۔ جیسے تپ محرقہ کے مریض دیکھے گئے ہیں + کھاتے وقت خاموشی اس لئے ضروری ہے ۔ کہ اول تو بات چیت کرنے میں کھانا ٹھیک طور پر چبایا نہیں جاتا۔ دیگر ممکن ہے ۔ کہ سلسلۂ تقریر میں ہنسی آجائے ۔ یا کسی دوسری وجہ سے خوراک کے ذرات تنفس کی نالی میں چلے جائیں ۔ تو تشنجی کھانسی پیدا ہوکر سب کھایا پیا نکال دے + کھانے کے بعد دانتوں کی صفائی اس لئے کرنی چاہیئے ۔ کہ اگر خوراک کا کچھ بقیہ دانتوں کی جڑوں میں لگا رہ جائے ۔ تو اس میں جراثیم کی نشو ونما ہوکر تیزابی مادہ پیدا ہونے سے دانتوں کا بیرونی سخت پردہ گل جاتا ہے ۔ اور ” دانت سڑا کیڑا “ (کیریز آف ٹوتھ) نامی بیماری پیدا ہوجاتی ہے ۔ اس سے نہ صرف مُنہ سے بدبو آتی اور سخت درد کی ہی شکائیت ہوتی ہے ۔ بلکہ چبانے میں تکلیف ہونے اور زہریلے مادوں کے نگلنے سے بدہضمی وغیرہ کی علامات بھی ظہور پکڑتی ہیں + کھانے سے پہلے زیادہ پانی پینے سے چونکہ معدہ کی رطوبت اتنی رقیق ہوجاتی ہے ۔ کہ ہاضمہ میں نقص

(بقیہ حاشیہ صفحہ +) میں نقص انداز ہونے کے خون میں جذب ہوکر تمام جسمانی ساختوں میں لگاتار خراش پیدا کرتی رہتی ہے ۔ جس سے نہ صرف جسمانی صحت میں ہی نقص پیدا ہو جاتا ہے ۔ بلکہ دماغی خراش کی وجہ سے عقل اور اخلاق پر بھی سخت مضر اثر پڑتا ہے ۔ گویا انسان کند فہمی ۔ چڑچڑا پن بے چینی اور بدخوابی وغیرہ میں مبتلا ہو جاتا ہے +

آجاتا ہے۔ اس لئے کھانے کے بیچ حتےٰ الامکان تھوڑا
پانی پینا چاہیئے (جس سے کہ دُودھ کی طرح اس کا ہضم ممکن ہو)
آدھ ایک گھنٹے بعد جبکہ رطوبت معدہ اجزاء خوراک پر
اپنا عمل کر چکے۔ خاطر خواہ پیا جاسکتا ہے + علاوہ ازیں
تجربہ مظہر ہے۔ کہ دُھوپ میں وہ آدمی زیادہ اچھا کام
کر سکتا ہے۔ جو کہ پانی کم پیتا ہے۔ کیونکہ زیادہ پانی پینے
سے خون کا دَوران جلد کے عروق کی طرف ہونے سے
زیادہ گرمی محسوس ہوتی ہے + چونکہ کھانے کے ساتھ
کم پانی استعمال کرنے سے پیاس کم لگتی ہے۔ اس لئے
مذکورہ بالا تکلیف سے محفوظ رہنے کے لئے ایسی عادت
پیدا کرنی چاہیئے۔ کہ اہل عرب کی طرح کھانے کے
ساتھ کم پانی پیا جائے + دُودھ کا گھونٹ گھونٹ کر کے
پینا اس لئے بہتر ہے۔ کہ یکلخت پینے سے معدہ میں
انجماد پانے پر اس کا بڑا سا ڈھیلا بن کر ہاضمے میں خلل
انداز ہوتا ہے +۔ اسی خیال سے اس کو کچھ نشاستہ دار
چیز کھانے کے بعد پینے کی بھی ہدایت کی گئی ہے +
مختلف اشیاء میں پروٹین کی کیمیائی مقدار اور فیصدی
جاذبہ کی نسبت سے واقف ہو کر ناظرین کو ضرورت
جسمانی کے مناسب غذا چُننے میں آسانی پیدا کرنے کی
غرض سے ذیل کا نقشہ مرتب کیا جاتا ہے:۔

---

## ممنوع اشیاء

اب ہم چند ایک ایسی اشیاء کا ذکر کرتے ہیں۔ جو کہ اگرچہ استعمال میں تو بہت آتی ہیں۔ لیکن غذا کے نقطۂ نگاہ سے ممنوع ہیں :-

(۱) گوشت یعنے ماس :- اگر "زبان خلق کو نقارۂ خدا سمجھو" کہنے والے کی طرح کثرت رائے پر ہی صداقت کا انحصار ہوتا۔ تب لازمی تھا۔ کہ اس عمل کے سامنے سر تسلیم خم کیا جاتا۔ کیونکہ دنیا کے ہر ایک حصے میں بہت بڑی تعداد ایسے اصحاب کی ہے۔ جو کہ گوشتخوری کو جائیز سمجھتی اور کھانے میں اس کو پہلا درجہ دیتی ہے + مگر چونکہ یہ امر مسلمہ ہے۔ کہ جس طرح کالج کی اعلیٰ جماعتوں میں تعلیم پانے والے تھوڑے اور ادنےٰ کلاسوں میں کثیر التعداد لڑکے ہوتے ہیں۔ ویسے ہی مکتبِ دنیا میں بھی حقیقت شناس عقلمندوں کی کمی اور لذات محسوسات کے دیوانوں اور جاہلوں کی کثرت رہتی ہے اس لئے بہتر معلوم ہوتا ہے۔ کہ اس عمل کو "معیارِ صداقت" پر پرکھا جاوے۔ تاکہ "اندھی" عقلِ حیوانی سے نجات حاصل کر کے "روشنی بخش" دلیل کی پیروی اختیار کی جا سکے + چنانچہ غور کرنے پر معلوم ہوتا ہے۔ کہ مندرجہ ذیل "چھ امور" ہی اس کے غذا کی حیثیت میں استعمال کئے جانے کی مخالفت کرتے ہیں۔ جو کہ ہر قسم کی سچائی دریافت کرنے میں انسان کے لئے رہنمائی کا کام دیتے ہیں :-

(۱) تمام مذاہب کی تعلیم۔ (۲) عقل عامہ (۳) مطالعہ فطرت (۴) اخلاقی حس (۵) اصولِ طبی (۶) عروج روحانی + )

ذیل میں مختصر طور پر ہر ایک امر کے متعلقہ علیحدہ علیحدہ ذکر کیا جاتا ہے :-

## (۱) تقریباً تمام مذاہب اور مذہبی رہنماؤں کی تعلیم

(ا) ہندوؤں کے وید اور شاستروں میں تو "اہنسا پرمو دھرمۃ" کا مسلہ مسلمہ ہی ہے۔ زیادہ تفصیل میں جانا بیفائدہ طوالت کا باعث ہوگا + (یجور وید۔ ادھیائے ۱۳ منتر ۱۵ + اتھرو وید کانڈ ۸۔ ورگ ۶۔ منتر ۱۳ + منوسمرتی ادھیائے ۵ شلوک ۴۲ سے ۵۵ +) (ب) مسلمانوں کی قرآن کی ایک آئت (سورۂ حج پارہ ۱۷۔ رکوع ۴۔ آئت ۳۶) کا ترجمہ یہ ہے۔ کہ "خداوند پاک تک تمہاری قربانی اور خونخواری نہیں پہنچتی۔ بلکہ تقوئے و پرہیزگاری" حضرت علی کا مقولہ ہے۔ کہ "بھوک کی خاطر پیٹ کو حیوانات کی قبریں نہ بناؤ" + بلبل شیراز شیخ سعدی فردوسی کی تائید میں لکھتے ہیں :-

چہ خوش گفت فردوسئے پاک زاد ٭ کہ رحمت براں تربت پاک باد
میازار مورے کہ دانہ کش است ٭ کہ جاں دارو جانِ شیریں خوش است

لسان الغیب حافظ کا کلام ہے :-

مباش در پئے آزار ہرچہ خواہی کن ٭ کہ در شریعتِ ما غیر ازیں گناہے نیست

تاریخی طور پر رحمت الٰہی کا نزول سبکتگین کی اس ہمدردی کا نتیجہ بیان کیا گیا ہے۔ کہ "اس نے شکار میں ایک ہرنی کے بچے کو رحم کھا کر چھوڑ دیا تھا" نتیجہ صاف ظاہر ہے۔ کہ ارحم الراحمین تک رسائی صرف رحم ہی کی بدولت ہو سکتی ہے + عاقلوں کے لئے اشارہ کافی سمجھ کر اتنے ہی پر اکتفا کی جاتی ہے +

(ج) بدھ مذہب (جس کی آبادی دُنیا میں ایک تہائی کے قریب ہے) کا بنیادی اصول ہی "اہنسا" ہے + "ایک شکاری

کے مضروب شدہ پرندے کو اُٹھا کر اس کی رکشا کرنے سے اپنا بنانا" اور " راجا کے یگیہ میں بھیڑوں کے گلے کا ذبح ہونے سے بچانا" بُدھ کا جیون بیان کرنے والوں کے لئے دلچسپ مثالیں ہوتی ہیں +

(د) جین دھرم کے اوپدیشک اس خیال سے مُنہ پر پٹی باندھے دیکھے جاتے ہیں۔ کہ مُنہ کی گرم ہوا سے بھی ہوائی کیڑوں کو تکلیف نہ پہنچے +

(ی) کبیر جی کا کتھن ہے :۔

ع اِن جھٹکا اُن بسمل کینا دیا دوہاں سے بھاگی
کہت کبیر سُنو بھائی سادھو آگ دوہاں گھر لاگی

(س) گورو نانک کا وچن ہے :۔

ع جے رت لاگے کپڑے جامہ ہوئے پلیت
جے رت پیوے مانسا تاں کیوں نرمل چیت
ماس مچھلی شرابان جو جو پرانی کھائے
یگیہ دان جتنے کئے چھوڑ رساتل جائے

(ص) حضرت عیسیٰ کی نہ صرف تصویر ہی " بیچاری غریب بھیڑوں کے گلے چرانے کی صورت میں" زبان حال سے جیو رکشا کا اوپدیش کر رہی ہے۔ بلکہ روحانی نجات کے طالب کا عیسائی مذہب میں داخل ہونا بھی اصطلاحی طور پر اس کے " گلے" میں شامل ہونا کہا جاتا ہے + گویا وہ اپنے تئیں ایک قصائی کے نہیں۔ بلکہ ایک رکشا کرنے والے کے پیش کرتا ہے +

### (۲) عقل عامہ

چونکہ کائینات کی مختلف جماعتوں میں حیوانات کا درجہ نباتات سے اعلیٰ تسلیم شدہ ہے۔ اس لئے جو کام نباتات سے بآسانی پورا ہو سکتا ہو۔ اس کے لئے حیوانات کی قربانی کرنا

ویسا ہی ہے۔ جیسا کہ ایک آنے کی چیز کے لئے ایک روپیہ خرچ کرنا۔ جس کو معمولی عقل کا شخص بھی نہیں پسند کر سکتا۔ نیز کفایت شعاری کے خیال سے بھی سبزی کی نسبت گوشت پر زیادہ خرچ آتا ہے۔ حالانکہ ضروریات جسمانی کو پورا کرنے میں نباتات کا درجہ بالاتر ہے۔ علاوہ ازیں کسی جانور کا گوشت اتنے اشخاص کا پیٹ نہیں بھر سکتا۔ جتنے کہ اس کے عمر بھر کے دُودھ سے سیر ہو سکتے ہیں۔ اور اس کے بچّوں کی خدمات علیحدہ رہیں۔ یہ گوشتخوری کی ہی کثرت کا نتیجہ ہے۔ کہ جہاں دُودھ کی نہریں جاری ہوتی تھیں۔ آج مریضوں کو دوا کے طور پر بھی میسر نہیں ہوتا۔ اور وہ زرخیز زمین جس کو سونے کی چڑیا سمجھا جاتا تھا۔ ہر سال قحط و وبا کا گھر بن رہی ہے۔

زمانہ تھا کہ بھارت میں تھیں ندیاں دُودھ کی جاری
نہ قحط آتا تھا سُننے میں کبھی اور نہ ہی بیماری
مگر اب ہے کہ رحمت نے شکل زحمت کی ہے دھاری
عدل سے ذات باری کے نہ چھوڑے تپ کی ہی باری
ہُوا ہے راج اب کونین میں "کونین" رانی کا
تماشا "گوشتخوری" نے دکھایا دُکھ کے بانی کا
نتیجہ ہے اسی کا دُودھ گھی مشکل سے ہاتھ آئے
"ہون" کیسے کریں چیتن جو سوکھی روٹیاں کھاتے
اسی سے بَیل کاشتکار مہنگے داموں ہیں پاتے
فسادِ عید بھی ہر سال ہم کو ہیں یہ سمجھاتے
اسی کے ترک سے تُرک و برہمن میں ہو یکتائی
نفاقِ قوم کی موجب ہے یہ جیوؤں کی دُکھدائی

## (۳) مطالعہ فطرت

دنیا میں حیوانات کی دو قسمیں (درندے اور چرندے) دیکھنے میں آتی ہیں۔

ان کی فطرت کا مطالعہ کرنے سے انسان کی مشابہت سبزی کھانے والوں سے پائی جاتی ہے۔ کیونکہ اوّل تو اس کے دانت اور ناخن درندوں سے مختلف بناوٹ کے ہیں۔ جن سے پھاڑنے کا کام نہیں لیا جا سکتا۔ بلکہ برخلاف اُن کے ڈاڑھیں چبانے کا کام دیتی ہیں۔ اور جبڑے اوپر نیچے کی بجائے اِدھر اُدھر بھی حرکت کر سکتے ہیں۔ جو فعل کہ سبزی کھانے والوں سے مخصوص ہے + (۲) معدہ وغیرہ اعضاء انہضام خاص کر بندر سے مشابہ ہیں۔ جو کہ میوہ خور جانور ہے + اور آنتیں بمقابلہ گوشتخوروں کے بہت لمبی ہوتی ہیں۔ اس لئے بصورت گوشتخوری زہریلے مادوں کے جذب ہونے کا زیادہ احتمال ہوتا ہے (۳) انسان پانی کو درندوں کی طرح چاٹ چاٹ کر نہیں پیتا۔ بلکہ چرندوں کی طرح گھونٹ بھر بھر کر پیتا ہے (۴) انسان کو چرندوں کی طرح پسینہ آتا ہے۔ جس سے کُتّے وغیرہ اکثر درندے محروم رہتے ہیں (۵) انسانی آنکھیں چرندوں کی طرح دن کے وقت کام کرنے کی قابلیّت رکھتی ہیں۔ حالانکہ درندے اپنے شکار کے لئے عموماً رات کو نکلتے ہیں + (۶) چرندوں کی طرح انسان نمک کھانے کا بھی محتاج ہے۔ جس کی ضرورت درندوں کو نہیں ہوتی (۷) درندوں کی طرح انسان صرف گوشت پر زندگی قائم نہیں رکھ سکتا۔ حالانکہ چرندوں کی طرح نباتات پر گزران کرنے سے مکمل قواء زندگی حاصل کر سکتا ہے۔ (۸) تھوک وغیرہ ہاضمہ کی رطوبتیں بھی انسان میں درندوں سے مختلف اجزاء رکھتی ہیں (۹) علےٰ ہذا القیاس اور بھی بہت سی باتیں ہیں۔ جن کے ذریعہ قدرت زبانِ حال سے شور مچا کر کہتی ہے۔ کہ ماس بطور خوراک کے انسان کے لئے جائز نہیں + چنانچہ پرندوں کی خوش الحانی پکار پکار کر اس امر

پر دلالت کرتی ہے۔ کہ گوشت سے پرہیز کیا جائے۔ ورنہ اُلّو۔ چیل یا کوّے کی سی حالت ہوگی ۔

## (۴) اخلاقی حس

روحانی منظہرات میں اعلےٰ ترین درجہ "اخلاق" کا ہے۔ جو کہ صرف حضرت انسان کے حصّے میں آیا ہے ۔ اس کا بنیادی اصول یہ ہے۔ کہ اپنے خلاف خاطر سلوک غیر سے روا نہ رکھا جائے۔ ع ہر آنچہ خود نہ پسندی بدیگراں مپسند ۔ پس جبکہ ہر متنفس اپنے تئیں تکلیف سے محفوظ رکھنا چاہتا ہے۔ تو کوئی حق نہیں رکھتا۔ کہ کسی غیر کے خون سے ہاتھ رنگے ۔ علاوہ ازیں صرف سبزی خور حیوانات ہی انسان کی مختلف طریقوں سے خدمات بجالاتے ہیں۔ گویا انہی پر اس کی بہت سی ضروریات کی تکمیل کا انحصار ہے۔ اس لئے اُن کا جان سے مار کر کھانا نہ صرف ان کی قوم کو ہی نقصان پہنچاتا ہے۔ بلکہ نوع انسان پر بھی خاص درجے تک نقصان دہ اثر رکھتا ہے ۔ ایسے فیض رساں حیوانات کو نقصان پہنچانے پر سعدی کا یہ کلام کیا ہی موزون ہے :-

س شنیدم کہ مردان راہِ خدا ۔ دلِ دشمناں ہم نہ کردند تنگ
تُرا کے میسّر شود آں مقام ۔ کہ با دوستانت خلاف است و جنگ

بھلا جب مادرِ مہربان کا سال دو سال دُودھ پی کر ساری عمر خدمت کرنے سے بھی احسان سے سبکدوشی نہیں ہوتی۔ تو پھر دُودھ پلانے والے حیوانات کا قتل کرنا کیونکر جائز ہو سکتا ہے؟ ۔ اگر کسی کے دل میں یہ سوال ہو۔ کہ پرندوں کا گوشت بھی تو سبزی ہی سے بنا ہوتا ہے۔ اس لئے اس کے کھانے میں کیا ہرج ہے؟ تو جواب یہ ہے۔ کہ جس طرح انگوروں کا کھانا ممدِ صحت اور ان سے بنی ہوئی شراب کا پینا مضر اثر

رکھتا ہے۔ ویسے ہی سبزیات بذات خود مفید اور ان کا بنا ہوا گوشت طبیعت میں حیوانی اوصاف یعنے جذباتِ سفلی کے ابھارنے اور خونخواری[1] کا خاصہ پیدا کرنے والا ہونے سے سخت بداخلاقی کا موجب ہوتا ہے۔ بقولیکہ :-

س انگوریں یہ مے کھی پانی کی چند بوندیں
جس دن سے کھیچ گئی ہے تلوار ہو گئی ہے

## اصول طبّی

بہت سے گوشتخور اصحاب ماس کھانے کے متعلقہ اعتراض کئے جانے پر اور کوئی جواب نہ پاکر میڈیکل سائنس کی شرن لیتے اور یہ کہتے سُنائی دیتے ہیں۔ کہ "ڈاکٹر لوگ اس کو بہترین غذا بتاتے ہیں" اس لئے وہ کھاتے ہیں + پس ادھورے طبیبوں کی نسبت "نیم حکیم خطرۂ جان" کی ضرب المثل یاد دلاکر ہم ان کو موجودہ زمانے کے مشہور ڈاکٹروں کی تحقیقات کے نتائج سے آگاہ کرتے ہیں۔ جن کا فرمان ہے ۔ کہ گوشتخوری چار طرح پر امراض کا باعث ہوتی ہے :-

## "۱- انیمل پیراسائیٹس (حیوانی کیڑوں) کی موجودگی

"سسٹی سرکی" جو کہ سُور بچھڑے اور بھیڑ میں "میزلز" نامی مرض کا باعث ہوتا ہے۔ لیکن انسان میں آکر کدو دانے کی صورت اختیار کر لیتا ہے + "ٹرائیکائنا سپائرلیس" جو کبوتر اور سُور وغیرہ میں بکثرت پایا جاتا ہے + چونکہ

[1] بندروں وغیرہ پر تجربہ کرنے سے معلوم ہوا ہے۔ کہ جن کو گوشت کی خوراک پر رکھا جاوے۔ وہ بمقابلہ ان کے جو کہ سبزی اور پھلوں پر گزران کرتے ہوں بہت تیز طبع اور خونخوار ہو جاتے ہیں +

ان کی "سسٹ" (تھیلی) کے گرد "کیلسی فیکیشن" (چونے کا انجماد) ہوجاتا ہے۔ اس لئے باوجود نمک لگانے یا قدرے حرارت پہنچانے کے بھی محفوظ رہتے ہیں۔ خصوصاً گوشت کے اندرونی حصّے میں ہونے پر جہانکہ ۱۵۰ درجہ فارن ہائیٹ کی حرارت نہیں پہنچتی۔ جو کہ ان کی تباہی کے لئے ضروری ہوتی ہے +

## "ب" - نباتاتی مادے

علاوہ انتھریکس گلینڈرس اور ٹیوبر کلوسس وغیرہ امراض میں حیوان کے مبتلا ہونے پر نقص صحت کا باعث ہونے کے بظاہر نہ بیمار ہونے پر بھی کھانے والے پر مضر اثر ہوسکتا ہے۔ جیسا کہ دیہات کے گردنواح کے غلیظ پانی میں سے پکڑی ہوئی چھلکے دار مچھلیاں علاوہ کدو دانے اور دیگر زہریلی علامات کے "تپ محرقہ" کی قسم کا بنجار پھیلا سکتی ہیں + یا خرگوش وغیرہ جانور جو کہ بیلاڈونا وغیرہ زہریلی نباتات کو بلا تکلف ہضم کر جاتے ہیں۔ اپنا گوشت کھانے والوں پر ان زہروں کے نتائج پیدا کرتے ہیں۔ جو کہ موت سے پہلے انہوں نے کھائے ہوں +

## "ج" - "ٹومین" قسم کے زہر

بیمار حیوان کے یا سڑے ہوئے گوشت سے یہ نقصان ہوتا ہے۔ کہ جراثیم تو پکانے سے مرجاتے ہیں۔ لیکن اُن سے پیدا شدہ زہروں پر پکانے کا کچھ اثر نہیں ہوتا + نیز بعض صورتوں میں گرم گرم کھانے سے تو نمایاں خرابی نہیں ہوتی۔ لیکن سرد ہونے تک جراثیم کے "فرمنٹ" (جوہر) "ایلبیومنائڈز" پر اثر کر کے زہریلی علامات کا باعث ہوتے ہیں + ناتمکمل پکائے اور سُؤر کا آچار وغیرہ کھانے کا نتیجہ اور بھی خطرناک ہوتا ہے +

اگرچہ خوراک میں نباتاتی نمکوں کی عدم موجودگی سے "سکروی" (گوشتخورہ کی بیماری) کو منسوب کیا جاتا ہے۔ لیکن اس امر کی شہادت موجود ہے۔ کہ وہ صرف "لائم جوس" (لیموں کا رس) سے درست نہیں ہوسکتی۔ کیونکہ در اصل اس کا باعث ٹین میں بند شدہ گوشت کا کھانا بھی ہے +

## "د"۔ تندرست حیوان کا گوشت

علاوہ مندرجہ بالا امور کے چوتھا طریقہ جو "تندرست حیوان کے گوشت" اور انڈوں کے بیماریاں پیدا کرنے کا ہے۔ وُہ تین صورتوں پر منقسم ہے (۱) "یورک ایسڈ" وغیرہ زہروں کی موجودگی اور "نیوکلی این" "ویسی تھین" وغیرہ پائے جانے سے۔ جن کے اجزا اٹوٹنے پر سخت زہریلے مرکبات پیدا ہوتے ہیں + جو کہ خون کے دباؤ کو بڑھاتے اور تکان (جسمانی و دماغی) و امراض کا باعث ہوتے ہیں + (۲) "پروٹین" کے بکثرت استعمال میں آنے کے مضرّ نتائج + کیونکہ اول تو گوشت خود ہی "پروٹین" بکثرت (۲۰ یا ۲۲ فیصدی) رکھتا ہے۔ دیگر اس میں سے صرف دو فیصدی ہی جذب نہیں ہوتا۔ گویا دُودھ کی طرح دیگر تمام اشیاء کی بنسبت اس کا "پروٹین" مادہ زیادہ جذب ہوتا ہے + (۳) گوشت یا انڈے (گو ان میں چُونے کے مُرکبات کی موجودگی بھی قبض کا باعث ہوتی ہے) فُضلہ بہت کم چھوڑنے کی وجہ سے قبض کا باعث ہوکر "بیسی لس کولائی" وغیرہ بڑی آنتوں کے جراثیم کی بدولت سڑاند کی زہریں پیدا کرکے "انٹسٹائنل آبسٹرکشن" یا "سٹرنگولیٹڈ ہرنیا" نامی امراض کی طرح ان تکالیف کا باعث ہوتے ہیں۔ جو کہ "آٹو انٹاکسی کیشن" یعنے اندرونی زہروں کے جاذبے سے پیدا

ہوتی ہیں ÷ چنانچہ نہ صرف اس سے مختلف امراض کے مقابلے کی طاقت میں کمی آتی اور بڑھاپے کی علامات ہی پیش از وقت ہی نمودار ہو جاتی ہیں۔ بلکہ موت بھی عمر طبعی تک پہنچنے سے پہلے ہی آدباتی ہے۔ گویا اس عمل سے شخصی تکالیف کے علاوہ نوع انسان بھی بہترین عقل اور تجربے سے بھرپور دماغوں سے فائدہ اُٹھانے سے محروم رہتی ہے۔ کیونکہ افلاطون اور گلیڈسٹون وغیرہ کئی فلاسفروں نے اپنی عمدہ ترین تصنیفات اس عمر میں لکھی تھیں۔ جبکہ وہ اسی برس سے اُوپر ہو چکے تھے۔ حالانکہ کثرت واقعات کو دیکھ کر آجکل قدرتی عمر کی میعاد ہی ساٹھ ستر برس قائم کی جاتی ہے۔ جس سے ثابت ہوتا ہے۔ کہ موجودہ تہذیب کی غذا ہمارے جسمانی اعضاء کے ساتھ ہم آہنگی نہیں رکھتی +

چونکہ یہ تینوں صورتیں تین مختلف ممالک کے قابل ترین ڈاکٹروں کے اس مضمون کے ایک ایک پہلو پر سالہا سال تحقیقات کرنے کے نتائج ہیں۔ اس لئے ناظرین کی ضیافت طبع کے لئے ہم انہیں سلسلہ وار ذرا وضاحت سے بیان کرتے ہیں:۔

(۱) انگلستان کے مشہور ڈاکٹر الیگزینڈر ہیگ (ایم۔ اے ایم۔ ڈی +) اپنی تصنیف "ڈائٹ اینڈ فوڈ" میں تکان کے اسباب کی تشخیص کا بیان کرتے ہوئے لکھتے ہیں۔ کہ سوائے بدہضمی کے عام طور پر کھانے سے چار پانچ گھنٹے بعد تک وہ تکان نہیں ہوتی۔ جس کا باعث خون میں "ایلبیومن" کی کمی ہوتی ہے + لیکن تکان کا دوسرا باعث اس سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ باوجود کھانا کھانے اور ہاضمہ کی درستی کے بھی تھوڑی دیر میں ہی انسان اپنے تئیں کمزور اور تھکا ہؤا

محسوس کرتا ہے ۔ جس کا مطلب یہ ہے ۔ کہ گو غذائیت خون میں
تو کافی موجود ہے ۔ لیکن "یورک ایسڈ" وغیرہ کے عروق شعریہ
میں سدرا ہونے کے باعث عضلات میں پہنچنے سے قاصر ہے +
ایسی حالت میں ہی اکثر اوقات تشکم پُری کے باوجود انسان اپنے
معدہ کی جگہ پر ڈوبن سی محسوس کرتا ہے ۔ اور دن میں چار
پانچ دفعہ کھانا کھانے کا خواہشمند بلکہ شراب وغیرہ مفرّحات کا
بھی طالب ہوتا ہے ۔ حالانکہ سبزی خور کے لئے نہ صرف
"سٹمولیشن" (تحریک) کی ہی ضرورت نہیں ہوتی ۔ بلکہ کھانا
بھی دن میں دو دفعہ کافی ہوتا ہے + یہی صاحب اپنی
دوسری تصنیف "یورک ایسڈ ایز اے فیکٹر ان دی کازیشن آف ڈیزیز"
میں کثیر التعداد امراض کا باعث "یورک ایسڈ" کو ثابت کرتے ہوئے
ان کو دو صورتوں پر منقسم کرتے ہیں :۔ (۱) مقامی (جن کو اصطلاحاً
گاؤٹ کے نام سے موسوم کیا گیا ہے) یعنے وہ امراض جو کہ
یورک ایسڈ کے مختلف ساختوں (جگر ۔ تلی ۔ جوڑوں یا
فائبرس ٹشو وغیرہ) میں تہ نشین ہو کر خراش پیدا کرنے سے ظہور
پکڑتے ہیں ۔ مثلاً نقرس ۔ گنٹھیا ۔ اور "فائبرس ٹشو" کی تمام
مقامی سوزشیں ۔ جن میں مندرجہ ذیل ساختیں شامل ہیں :۔
دماغ اور اس کے پردے ۔ ناک سے لیکر پھیپھڑے اور
اس کے پردے تک تمام اعضاء تنفس ۔ معدہ ۔ جگر "پیریٹونیم"
و آنتیں ۔ خصیۃ الرحم ۔ رحم اور بیضہ کی سوزشیں ۔ جلد کے
امراض مثلاً چنبل وغیرہ ۔ عضلات و اعصاب کے درد وغیرہ
وغیرہ + (۲) امراض عامہ جو کہ یورک ایسڈ کے خون میں بکثرت
حل ہونے کی وجہ سے ظہور پذیر ہوتے ہیں (ان کو اصطلاحاً
کولیمیا کہا گیا ہے) مثلاً من کی سستی ۔ جوش ۔ جنوں ۔ جسمانی
کاہلی ۔ تکان ۔ سردرد ۔ چکر آنا ۔ دل کا گھٹنا ۔ بےخوابی ۔

فالج - دمہ - بدہضمی - جگر میں انجمادِ خون - ذیابیطس - سوزش گردہ - ریگ و پتھری - سوزش اعصاب و پردۂ بینائی - دماغ و نخاع کا خراب ہونا یعنے ڈیجنریشن - جلدی امراض مثلاً اٹیروفی و السریشن - ریناڈس ڈیزیز - امراضِ عروق مثلاً پرپیورا - تھرامبوسس - ڈیجنریشن - ایتھروما کیلسی فیکشن - انیورزم - انجائنا پکٹورس - امراض خون مثلاً انیمیا - کلوروسس ہیموگلوبی نیوریا - لیکوسائی تھیمیا - پرنی شس انیمیا - گریوس ڈیزیز - مینور ہیجیا - رحم کا کھنچھن - درد سے حیض آنا - بواسیر - پیورائٹس "اینائی" اور "ولوائی" وغیرہ + علاوہ ازیں تمام متعدی امراض کے جراثیم بھی صرف اسی صورت میں جسم پر اثر انداز ہو سکتے ہیں - جبکہ یورک ایسڈ کی موجودگی کی وجہ سے نظام جسمانی نقص پذیر ہو چکا ہو +

مندرجہ بالا دو نو گروہوں میں سے پہلے گروہ کی امراض کو تو صاحب موصوف کی تحریر کے بموجب ایسی اشیاء سے آرام ہو جاتا ہے - جو کہ "یورک ایسڈ" کو خون میں حل کر دیتی ہیں - مثلاً کھاری ادویات (سوڈا پوٹاش کے مرکبات) و نباتاتی اغذیات اور سیلی سلک ایسڈ کے مرکبات[1] وغیرہ + اور دوسرے گروہ کے لئے ایسے مرکبات مفید ہوتے ہیں - جو کہ خون سے "یورک ایسڈ" کو ساختوں کی طرف دھکیل دیں - مثلاً ایسڈز یعنے تیزاب اور فولاد و پارہ وغیرہ کے مرکبات وغیرہ + لیکن ہر دو اقسام کی بیماریوں کی آمد کو روکنے - ان کی تکلیف کو کم کرنے اور صحت حاصل کرنے کے لئے ایسی خوراک کی ضرورت ہے - جو کہ یورک ایسڈ

[1] ادویات کے طریق استعمال سے واقفیت حاصل کرنے کے خواہشمندوں کو کتاب مذکورہ بالا کا مطالعہ کرنا چاہئے +

سے پاک ہو۔ تاکہ نہ یُورک ایسڈ جسم میں داخل ہو۔ نہ اس کے متعلقہ شکایات پیدا ہوں۔ اور اگر پیشتر سے داخل ہو چکا ہو۔ تو بتدریج خارج ہو جائے + اب سوال پیدا ہوتا ہے۔ کہ یورک ایسڈ بدن میں جمع کیوں کر ہوتا ہے؟ اس کا جواب ہے۔ "گوشتخوری سے" + کیونکہ (۱) علم کیمیا سے ثابت ہے۔ کہ اس میں چھ سے آٹھ گرین فی پونڈ کے حساب سے خالص یورک ایسڈ موجود ہوتی ہے۔ اس لئے گوشت کا استعمال کرنا گویا دراصل "زہر آمیز خوراک" کھانا ہے (۲) علم فزیالوجی سے پتہ لگتا ہے۔ کہ جتنی مقدار نائٹروجی نس غذا کی انسان استعمال میں لاتا ہے۔ اس کا تیسرا حصہ یوریا کی صورت میں اخراج پاتا ہے۔ اور اس یُوریا سے پینتیسواں حصہ یورک ایسڈ پیدا ہوتی ہے۔ پس اگر ۹ یا دس گرین پروٹین فی پونڈ وزن جسمانی کے حساب سے کوئی شخص استعمال کرتا ہے۔ تب تو تمام پیدا شدہ یورک ایسڈ پیشاب کے راستے اخراج پا جاتی ہے۔ لیکن اگر زیادہ مقدار میں نائٹروجی نس غذا کھاتا ہے۔ تو گردے کل مقدار تیار شدہ یورک ایسڈ کی خارج نہیں کر سکتے اس لئے اگر نصف رتی بھی روزانہ جمع ہو۔ تو سال بھر میں تقریباً دو تولے تک نوبت پہنچ جاتی ہے +۔ چونکہ گوشتخوری سے نائٹروجی نس مادہ بہت زیادہ جذب ہوتا ہے۔ اس

---

ع۱ چونکہ حیوان کے قتل ہونے پر اس کے جسم کے تمام "سیل" یکلخت نہیں مرتے۔ بلکہ بہت سے زندہ رہتے ہیں۔ جو کہ بعدہٗ اپنے "میٹابولزم" کی بدولت اپنی ہی ساختوں سے پیدا شدہ کیمیائی فاسد مادوں کے بکثرت جمع ہونے پر مرتے ہیں۔ کیونکہ دوران خون کی بندش کی وجہ سے ان کے اخراج کا راستہ کوئی نہیں رہتا +۔ چونکہ وہی کیمیائی زہریں گوشتخور کے نظام جسمانی میں داخل ہوتی ہیں۔ اس لئے طالب صحت کے لئے گوشت سے پرہیز کرنا ہی بہتر ہے +

لیئے اس دوسرے پہلو سے بھی یہ زہریلی غذا سے مشابہت رکھتا ہے ۔ (۳) چونکہ یورک ایسڈ کے روزانہ اخراج کا دارومدار خون میں کھاری مادے کی زیادتی پر ہے۔ اور خون کے کھار اپن کا انحصار زیادہ تر نباتاتی نمکوں پر ہے۔ اس لیئے اس زہر کے بالکل خارج کرنے کے لیئے سبزیات کا استعمال ہی ضروری ہے۔ ورنہ برخلاف اس کے حیوانی غذا کے استعمال سے چونکہ یوریا کے ساتھ ہی ترشی بھی زیادہ پیدا ہوتی ہے۔ اس لیئے خون میں یورک ایسڈ کی تحلیل کو روکنے کی وجہ سے گوشتخوری اس کے اخراج میں بھی مانع ہوتی ہے ۔ پس یہ تیسرا پہلو بھی اس کے مخالف ہے ۔ مطلب مختصر یہ کہ گوشتخوری کو ایسی زہر کے مشابہ سمجھ کر احتراز کرنا چاہیئے۔ جس کا اثر کئی سالوں کے بعد نمودار ہوتا ہے ؛

(۲) امریکہ کے لائق ترین فزیالوجسٹ ڈاکٹر رسل چٹنڈن (ڈی۔ ایس سی ۔ ڈی۔ پی ایچ ۔ ایل۔ ایل۔ ڈی ۔) پروٹین کے کثرت استعمال کی تردید اپنی مشہور عالم تصنیف "فزیالوجیکل ایکانومی ان نیوٹریشن" میں اس طرح پر کرتے ہیں۔ کہ اگر عضلات کے سکڑنے کی طاقت کا ظہور ان کے نائٹروجی نس مادے سے ہی ہوتا۔ تب تو واقعی خوراک میں اس کے زیادہ شامل کرنے کی ضرورت ہوتی۔ لیکن جب یہ امر مسلمہ ہے۔ کہ "وہ شکتی" کا اظہار کاربن کے مرکبات سے ہوتا ہے۔ پھر نائٹروجی نس مادے کا بکثرت استعمال کیونکر روا رکھا جا سکتا ہے ؟ دراں حالیکہ کاربوہائیڈریٹ کی زیادتی جہاں صرف آنتوں کی خراش کا ہی باعث ہو سکتی ہے۔ وہاں پروٹین کی زیادتی سے کئی قسم کے مہلک مرکبات کے نتائج کو بھگتنا پڑے ۔ علاوہ ازیں اول الذکر اگر اپنا ہاضمے وغیرہ کو خراب کرنے کا اثر فوراً ظاہر کر دیتا ہے۔ تو آخر الذکر کا مضر نتیجہ بعد کو اگنی " (دیر پا) زہر

کی صورت میں اتنی دیر بعد نمودار ہوتا ہے - جبکہ علاج کا وقت ہی ہاتھ سے نکل جاتا ہے ؛ کیونکہ جذب ہونے کے بعد جب یہ "آکسایڈ" ہوتے ہیں۔ تو کچھ ایسے زہریلے مرکبات پیدا ہوجاتے ہیں - جو کہ پیشتر اس کے کہ گردوں کے راستے جسم سے خارج ہوں - تمام اعضاء میں گردش کرتے ہوئے نظام جسمانی پر قدرے مہلک یا مضر اثر پیدا کرتے رہتے ہیں - یا عارضی طور کسی خاص جگہ جمع ہو کر کسی ایسی بیماری کا باعث ہوتے ہیں جو کہ ان کے دفعیہ کے لئے مریض کی توجہ کو فی الفور اپنی طرف کھینچتی ہے - یعنے فوراً علاج کرانا پڑتا ہے ؛ نیز جگر اور گردے جن پر کہ خصوصاً ان کی زیادتی سے بہت بوجھ پڑتا ہے - وقت سے پیشتر ناکارہ ہو جاتے ہیں - چنانچہ جگر (جو کہ زہروں کے اجزا توڑ کر ان کو بے نقصان صورت میں بدل دیتا ہے) کے ناقابل کار ہونے کی صورت میں "ایمونیم کاربے میٹ" کے زہر کی علامات یعنے ایسے تشنج پیدا ہوجاتے ہیں - جو کہ موت کی شکل میں ہی انجام پاتے ہیں ؛ علاوہ ازیں بقول ڈاکٹر ہالسٹ صاحب "کری اٹین" اور "کری ایٹی نین" عضلاتی ریشوں پر براہِ راست اثر انداز ہو کر دل کے فعل کو بند کرنے کا موجب ہوتی ہیں ؛ زیادہ مقدار میں پیشانی میں درد اور عام عصبی بیقراری پیدا کرتی ہیں ؛ "ایڈی نین" - جو ایک سخت قسم کا زہر ہے - دل کے فعل کو خصوصیت سے زیادہ تیز کرتا ہے - اور آنتوں کے ابتدائی حصّے کے میوکس پردے کی سوزش کر کے ناقابلِ علاج قے کا موجب ہوتا ہے - نیز گردوں پر خاص اثر پیدا کر کے ان میں "یورک ایسڈ" اور "یوریٹس" کے انجماد کو بڑھا کر سخت سوزش کا باعث ہوتا ہے۔ جس سے جاندار فی الفور ہلاک ہو جاتا ہے ؛ "ایلاکس یورک ایسڈ"

بخار پیدا کرتی ہے۔ یورک ایسڈ کا نقرس اور گنٹھیا سے تعلق مشہور عالم ہے۔ غرض بقول ڈاکٹر واگھن وڈاکٹر نیوی صاحبان یہ امر بلا شبہ قابلِ تسلیم ہے۔ کہ پروٹیڈ کے ذرات اپنے کیمیائی تبادلے میں بیشتر اس سے کہ یوریا۔ ایمونیا۔ پانی اور کاربن ڈائی آکسائیڈ کی صورت میں آئیں۔ بہت سے زہریلے مرکبات کی شکل اختیار کرتے ہیں۔ چنانچہ پروٹیڈ زیادہ استعمال کرنے والوں کو صفراوی قسم کے بخار درحقیقت "لیکومین" قسم کے "ایلکلائیڈ" مرکبات کے ہی زہر کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ علیٰ ہذا القیاس "پروٹیڈ کیٹابولزم" (عمل سوختہ) سے صحت پر بیشمار مضر نتائج پیدا ہوتے ہیں +

چونکہ "پروٹیڈ" کے خوراک میں کم استعمال کرنے سے "پروٹیڈ کیٹابولزم" کم ہو جاتا ہے۔ اس لئے کثیر التعداد مذکورہ بالا امراض سے محفوظ رہنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ ان کو حتی الامکان کم مقدار میں کھایا جاوے۔ صحتِ جسمانی اور درازئے عمر کا راز اسی اصول کے سمجھنے میں مخفی ہے +

علاوہ ازیں چونکہ عضلات میں "یورک ایسڈ" اور یورین بیسز کے بننے سے ہی تکان محسوس ہوتی ہے۔ اور پروٹیڈ کے کم کھانے سے وہ کم بنتی ہیں۔ اس لئے اس کا کم استعمال کرنے والوں کو تکان کم اور قوت برداشت بھی زیادہ ہوتی ہے۔ چنانچہ درندوں کی نسبت بیل اور گھوڑے وغیرہ چرندے نہایت محنت کا کام سر انجام دے سکتے ہیں۔ اور ان کی نسبت مضبوط اور طاقتور ہوتے ہیں۔ کیونکہ ان کا خون زہریلے مرکبات کے اثر سے پاک رہتا ہے۔ ہاتھی۔ گینڈا۔ گوریلا اور ارنا بھینسا وغیرہ سبزی کھانے والوں میں اعلیٰ درجہ کے شہزوروں کی مثالیں ہیں۔ جن کے مقابلے میں

شیر بھی نہیں ٹھہر سکتا + ز اس امر کا اظہار بھی بیجا نہیں ہوگا۔
کہ پروفیسر رام مورتی بھی جو کہ ہاتھی کو اپنی چھاتی پر اُٹھاتا
اور لوہے کی زنجیر بآسانی توڑ دیتا ہے۔ ماس نہیں کھاتا۔
بلکہ سبزی کھانے والا ہے +) علاوہ مذکورہ بالا امور کے
پروٹیڈ قسم کی غذا چونکہ سارے جسم کے "میٹابولزم" کو
تحریک کرتی ہے۔ اس لئے خوراک میں اس کی زیادہ مقدار
عضلات کے "نان نائٹروجی نس" مادے کی سوخت کو بھی
بلا ضرورت بڑھا دیتی ہے۔ گویا شکتی کے اس خزانے کو برباد
کر دیتی ہے۔ جو کہ بصورت دیگر محفوظ رہ کر روزانہ افعال
جسمانی کے لئے عضلات کے سکڑنے میں کام آتی + قصہ
مختصر یہ کہ اگرچہ نائٹروجن کی خاص مقدار جسمانی صحت اور
طاقت کے لئے ازبس ضروری ہے۔ مگر ضرورت بدنی سے
اس کی تھوڑی سی زیادتی بھی بمقابلہ دیگر اشیاء خوراک کے سخت
مضر اثر پیدا کرتی ہے + چونکہ شکم سیر ہونے کے لئے خوراک
کا جتنا حجم درکار ہوتا ہے۔ اتنی نباتاتی خوراک میں ہی کافی
نائٹروجن آجاتی ہے + اس لئے گوشت کے شامل ہونے
پر ضروری ہے۔ کہ اس کی مقدار بہت بڑھ جائے۔ پس
بطور خوراک کے اس کا استعمال ممنوع اور ناجائز کہنا
عین راستی ہے +

(۳) اگرچہ آنتوں میں جراثیم کے زیر اثر "لیسی تھین"
(ایک کیمیائی مرکب جو کہ انڈوں کی زردی میں پایا جاتا ہے)
کے اجزا ٹوٹنے پر "کولین" اور "نیورین" کا پیدا ہونا (جن
میں دوسرا پہلے کی نسبت سوگنا زہریلا مرکب ہے) اور پروٹیڈ
کے سڑنے پر "انڈال" "فینال" وغیرہ کا بننا اور ان کے جذب
ہونے سے سردردی۔ اور بےچینی وغیرہ کے علاوہ "کرانک فنکشنل"

عصبی امراض مثلاً "نیورستھینیا" وغیرہ کا ہونا تو ہر ایک فزیالوجسٹ تسلیم کرتا ہے۔ لیکن "فیگوسائٹس تھیوری" کا موجد ملک روس کا شہرہ آفاق زوآلوجسٹ (علم الاجسام حیوانی کا عالم) پروفیسر میچنکاف ڈائریکٹر پاسچر انسٹی ٹیوٹ پیرس" بوڑھاپے کی دکھ دینے والی علامات اور قدرتی[1] موت سے پیشتر چل بسنے کو بھی

[1] "قدرتی موت" سے مراد اس اندرونی یا طبعی حالت کے اظہار سے ہے۔ جو کہ صرف بیرونی حالات کا نتیجہ نہ ہو ÷ گو حادثات کی اموات اس کثرت سے دیکھنے میں آتی ہیں۔ کہ وہ "قدرتی" موت کی ہستی میں بھی شک ہو جاتا ہے۔ تاہم چونکہ بیماریوں سے حفاظت یا ان کا علاج ہو سکتا ہے۔ اس لئے کم از کم ان سے مرنے کو "قدرتی" موت نہیں کہا جا سکتا ÷ علاوہ ازیں چونکہ ہر ایک زندہ جسم کے اندر "موت" کا بیج قدرتی طور پر تسلیم کیا جا چکا ہے۔ اس لئے اکثر اصحاب کے لئے یہ جاننا بھی تعجب خیز ہوگا۔ کہ اگر ایک طرف "یونی سیولر" یعنے ایک سیل کے اجسام صرف حادثات سے ہی مرتے ہیں۔ قدرتی طور پر نہیں (گویا اگرچہ ان کی عمر تھوڑی ہے۔ لیکن اس کا نتیجہ موت نہیں۔ بلکہ دو زندہ اجسام کی صورت میں تقسیم ہوتا ہے) تو دوسری طرف خاص درخت بھی قدرتی موت سے نہیں مرتے۔ جیسا کہ "ڈریگن" نامی درخت کے ہزاروں سال کی عمر پر بھی اندھیری سے گرنے کی مثال سے ظاہر ہے ÷

## قدرتی موت کا باعث کیا ہے؟

چونکہ بعض ایسے درختوں کو جو کہ ایک سال کی فصل کے بعد سوکھ یعنے مرجاتے ہیں۔ پھلنے سے پہلے پھولوں کو کاٹ دینے یعنے بیجوں کی پھلی لگنے سے بچا رکھنے پر دو یا تین سال تک زندہ رکھا جا سکتا ہے۔ اس لئے کسی کی قسمت میں موت کا مقرر کئے جانا تو موجودہ سائنس کے خیال سے باہر ہے۔ البتہ تمام دنیا کو علت معلول کے زیر اثر ہونے سے وہ عالم اسباب کو تسلیم کرتی ہے۔ اس لئے خواہ زندگی ہو یا موت۔ ہر ایک کو خاص اسباب پر مبنی مانتی ہے۔ یعنی جس طرح کوئی ایسا بچہ زندہ نہیں رہ سکتا۔ جس میں پیدا ہونے پر قیام زندگی کے لئے ضروری اعضاء میں کمی ہو۔ یا ایسا

انہی زہروں کے اثر سے منسوب کرتا ہے۔ چنانچہ وہ لکھتا ہے۔
کہ جس طرح "اکیوٹ" امراض (نمونیا وغیرہ) کے جراثیم کے مقابلے
میں "مائیکروفیگس" یعنے خون کے سفید دانے تعداد میں ترقی

---

بقیہ حاشیہ (صفحہ ۱۸۱) زندہ رہتا ہے۔ جس میں تمام ضروری اعضاء موجود ہیں۔
تو "اس میں قسمت کوئی شے نہیں"۔ اسی طرح پر عالم نباتات وحیوانات
کا عالم ہے ۔ چونکہ "کھیت میں کافی کھاد اور گرمی و روشنی کے موجود
ہونے پر پودے" اور "درخت میں طاقت پیدایش کی موجودگی پر پھول"
سوکھتے دیکھے جاتے ہیں (جیسا کہ آئندہ سال میں بغیر کسی قسم کی
ردوبدل کے اسی کھیت میں اسی قسم کے پودے کے پرورش پا سکنے
اور درخت پر نئے پھول آنے سے ثابت ہوتا ہے) اس لئے موت
دراصل ایک ایسے پیچیدہ عمل کا نتیجہ ہے۔ جس سے کوئی الحال ہم
ناواقف ہیں۔ لیکن جس طرح لیکٹک ایسڈ کے خمیر میں باوجود شکر کی
موجودگی کے جو رد کاوٹ آجاتی تھی۔ وہ "چاک" ڈالنے سے جاتی رہتی ہے
(گویا ان جراثیم کو زندہ رکھا جاسکتا ہے۔ جو کہ کچھ سال پیشتر اپنے
"میٹابولزم" سے پیدا کی ہوئی ایسڈ کی زیادتی کے باعث مرجاتے تھے۔)
اسی طرح پر کیا ہم یہ قیاس کرنے میں حق بجانب نہیں ہو سکتے۔ کہ بڑے
درخت بھی ان زہروں سے مرتے ہیں۔ جو کہ ان کے "میٹابولزم" کا نتیجہ
ہوتی ہیں ؟ کیونکہ بہت سے زہر ان سے ایسے پیدا ہوتے ہیں۔ جو کہ
انسان اور حیوان کے لئے مہلک ہوتے ہیں۔ اس لئے اغلب ہے
کہ بیج لگنے کے وقت وہ ایسے زہر بھی پیدا کرتے ہوں۔ جو کہ خود ان
کے لئے مہلک ہوں + ) اور اگر ان کے اثر کو روکا جائے۔ تو درخت
مرنے سے بچ جائے ؟ جس کی کہ مضمون مذکورہ بالا سے کسی حد تک
تصدیق بھی ہوتی ہے + اس لئے ہر درخت میں گویا "زندگی" کے اپنے
اپنے اوصاف ہیں۔ جو کہ اس کی عمر کو کم و بیش کرتے ہیں۔ اور بڑے
درختوں میں بھی "آٹوانٹاکسی کیشن" ویسے ہی موت کا باعث ہوتی ہے۔
جیسے کہ خمیر پیدا کرنے والے جراثیم میں + اگر وہ زہر بیج پکنے سے پہلے
پیدا ہوتی۔ تو نسل کا ہی خاتمہ ہو جاتا۔ مگر چونکہ اس کے بعد بنتی ہے۔
اس لئے گو نسل جاری رہتی ہے۔ لیکن وہ خود نہیں رہتا + چونکہ زہر
کی پیدائش ضروری نہیں۔ اس لئے سرو یا دیوار وغیرہ کی طرح بعض
درخت باوجود بیج دینے کے بھی قدرتی موت سے محفوظ رہتے ہیں +

پاکر نظام جسمانی کو محفوظ رکھتے ہیں۔ ویسے ہی "کرانک" امراض (ٹیوبرکلوسس وغیرہ) کے لئے "میکروفیگس" نامی سیلز

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۸۲) پس نباتات میں جہاں ایک طرف "آٹو انٹاکسی کیشن" قدرتی موت کا باعث ہوتا ہے۔ وہاں دوسری طرف ایسی مثالیں بھی موجود ہیں۔ جن پر قدرتی موت کی رسائی نہیں ؎

یہی معاملہ حیوانات میں بھی پایا جاتا ہے۔ چنانچہ "پلیڈیم" کی موت اس کے بچے کی بدولت ہوتی ہے۔ جوکہ اس کے معدے کو توڑ کر اپنے ساتھ لے جاتا ہے۔ اور "ڈیوگیسٹر" (یہ سمندری جانوروں کے نام ہیں) کی موت اس لئے ہوتی ہے۔ کہ باعث اندام نہانی کا سوراخ تنگ ہونے کے بچہ اس کا شکم پھاڑ کر نکلتا ہے ؎ گو کہا جا سکتا ہے۔ کہ اپنا قائم مقام چھوڑنے سے وہ اپنا کام کر چکے۔ اس لئے ان کا اور جینا بیفائدہ تھا۔ لیکن چونکہ ان کے بالمقابل دوسری صورتیں بھی موجود ہیں۔ اس لئے اگر آخر الذکر کا بھی سوراخ پیدائش ذرا کھلا ہوتا۔ تو یہ جانور کبھی نہ مرتا ؎ اسی طرح پر بعض حیوانات میں اعضاء انہضام ہی نہیں ہوتے۔ جیسے کدو دانہ کے۔ لیکن آنتوں کا باشندہ ہونے سے اس کا زندہ رہنا تو بات ہی دوسری ہے۔ یہاں پر سوال "روٹی فیرا" کا ہے۔ جوکہ بغیر کھانے کی نالی کے ایک سمندری جانور ہے۔ صرف حمل کی غذائیت پر ہی عمر (۳ دن) کاٹتا ہے ؎ چنانچہ انڈے کو پھوڑتا ہی مادہ کی تلاش میں دوڑتا ہے۔ کیونکہ اعضاء تناسل اسی وقت مکمل ہوتے ہیں۔ اور شفاف جسم "سپرمٹوزوا" سے پر ہوتا ہے۔ اس لئے جب مادہ کو پاتا ہے۔ فوراً ویرج تیاگ دیتا ہے۔ اور اس کے بعد ایک روز زندہ رہ کر مرجاتا ہے ؞ چونکہ یہ بھوک سے نہیں۔ بلکہ "میٹابولک انٹاکسی کیشن" سے مرتا ہے (کیونکہ "مان سٹریلا" کا بھی یہی حال ہوتا ہے لیکن یہ بھوک کے دکھ سے مرتا ہے۔ جیسا کہ علامات کے فرق سے ثابت ہوتا ہے) اس لئے اس کو قدرتی موت کہہ سکتے ہیں ؞ ایسے ہی "سائیکائیڈ" نامی تیتری (جوکہ اس قسم کی مادہ ہے۔ جو بغیر نر کے ملنے کے بھی انڈے دیسکتی ہے) جب بغیر نر کے انڈے دیتی ہے۔ تو جوانی میں صرف ایک دن زندہ رہتی ہے۔ حالانکہ اس کے مقابلے میں جو خاوند سے ملکر انڈے دیتی ہیں۔ وہ ہفتے سے زیادہ تک بغیر کھانے کے زندہ رہتی ہیں۔ اس لئے اول الذکر فاقہ سے نہیں مرتی۔ بلکہ "میٹابولک انٹاکسی کیشن" سے مرتی ہے۔ جس کو قدرتی موت کا باعث کہا جا سکتا ہے ؎ بمقابلہ کیڑوں کے بڑے حیوانوں میں قدرتی موت کا جاننا کٹھن ہے۔ کیونکہ ان کے اعضا مکمل ہونے سے دیر تک زندگی کی گنجائش ہوتی ہے۔ جس میں بھوک سردی۔ دشمنوں یا متعدی امراض کے حادثات سے مرنا بکثرت پایا جاتا ہے۔ اس لئے بلحاظ اختصار انسان کا ہی ذکر کرتے ہیں۔ جوکہ ایک ترقی یافتہ حیوان ہے ؞ اگرچہ اس میں بھی قدرتی موت کے نمونے شاذ و نادر

کام دیتے ہیں۔ لیکن فرق ان دونو میں یہ ہے۔ کہ جہاں اول الذکر صرف جراثیم کو نگلنے اور برباد کرنے تک ہی اپنے عمل کو محدود رکھتے ہیں۔

بقیہ حاشیہ صفحہ (۱۸۳) ہی دیکھے جاتے ہیں۔ کیونکہ کل پیدائش سے تقریباً چوتھائی بچے تو عمر کے پہلے سال میں ہی مرجاتے ہیں۔ اور پھر جوانی تک بتدریج کم ہوتے ہوئے ساٹھ ستر سال کی عمر میں بکثرت مرتے دیکھے جاتے ہیں۔ جس سے اسی حد کو "قدرتی عمر" قرار دیا جاتا ہے + لیکن چونکہ بعض اصحاب سو ڈیڑھ سو برس کی عمر بھی پاتے ہیں۔ اس لئے پہلے یہ جاننا چاہئے کہ اس طویل العمری کا سبب کیا ہے؟ گو ایک کنبے میں متعدد مثالیں دیکھ کر اس کو موروثی بھی کہا جاتا ہے۔ لیکن چونکہ لازمی نہیں۔ اس لئے ممکن ہے۔ کہ مرض جذام کی طرح بیرونی حالات کی یکسانیت پر ہی ہو۔ جیسا کہ بعض شادی شدہ جوڑوں کے بڑی عمر پانے سے خیال گذرتا ہے + مگر لطیف ہوا اس لئے اس کا باعث نہیں کہی جاسکتی۔ کہ پہاڑی مقامات پر لمبی عمر کے اشخاص کی کثرت نہیں۔ باقی رہا سوال خوراک کا۔ سو اغلب ہے کہ درازئے عمر کا اس سے سمبندھ ہو۔ کیونکہ غریبوں اور سادہ لوگوں (خاص کر بلگیریا کے علاقے) میں بکثرت طویل العمر پائے گئے ہیں۔ جو کہ شراب کباب نہیں۔ بلکہ روٹی سبزی اور دودھ پر گذران کرتے ہیں۔ اور اعتدال و پرہیزگاری کی زندگی بسر کرتے ہیں؛ جس سے یقین ہوتا ہے۔ کہ "جراثیم اندرونی" اور "قوت مقابلہ" ہی عمر کی لمبائی کے اصلی باعث ہیں + (اس کے متعلقہ کچھ ذکر آگے آئیگا+)

بہرحال حادثات بیرونی و اندرونی سے محفوظ رہنے کے بعد جن کو موت کے منہ میں جاتے پایا گیا ہے۔ ان میں سے بعض کی آخری دنوں میں پیدائے بیان کی گئی ہے۔ کہ وہ موت کے ویسے ہی خواہشمند تھے۔ جیسے کہ عوام الناس رات کو نیند کے طالب ہوتے ہیں؛ اس لئے جس طرح جراثیم خمیر میں لیکٹک ایسڈ کی زیادتی سے مرجاتے ہیں۔ یا خاص زہروں کی بدولت تکان ہوتی اور نیند آتی ہے کہ گو ان کی زہریں آرام کرنے اور سونے پر دھوئی جاتی ہیں۔ یا آکسائیڈ ہو جاتی ہیں۔ اور موت کی نہ ہوتی ہوں۔ تاہم) ویسے ہی انسان "میٹابولک زہروں" یعنے "آٹو انٹاکسی کیشن" سے قدرتی موت کا ذائقہ چکھتا ہے + درانحالیکہ نیند لانے "سلیپنگ سکنس" پیدا کرنے (خواب آور مرض) اور موت کا کارن ہونے میں مختلف قسم کے زہروں کا مشابہت رکھنا اظہر من الشمس ہے + اسی سلسلے میں شائد اس امر کا اظہار بھی دلچسپی سے خالی نہ ہوگا۔ کہ جس طرح تکان یافتہ حیوان کے "آب خون" (سیرم) کو کسی دوسرے حیوان کے خون میں پچکاری کرنے سے اس کی "انٹی ٹاکسین" حاصل کی جاسکتی ہے۔ ویسے ہی سائنس کی ترقی کے ساتھ شائد یہ بھی ممکن ہو جائے۔ کہ "موت" کے پیدا کرنے والی زہروں

وہاں آخر الذکر اعلیٰ درجہ کی ساختوں (دماغ۔ عضلات۔ جگر۔ گردہ اوردم اور جلد وغیرہ) کے سیلز کو بھی جبکہ وہ کسی وجہ سے کمزور ہو جائیں۔ کھا جاتے ہیں۔ چونکہ جوانی میں ان کی باہمی طاقت برابر ہوتی ہے۔ اس لئے اس وقت تک تو تمام کارروائی اعتدال کی حالت میں رہتی ہے۔ لیکن اس کے بعد آنتوں کے اندر لگاتار "بیوٹائیرک فرمینٹیشن" یا سٹراند کی بدولت پیدا شدہ زہروں کے جذب ہونے سے جہاں ایک طرف ان کو ترقی کرنے کی تحریک ہوتی ہے۔ وہاں دوسری طرف اعلیٰ ساختوں کے سیلز کمزور ہوتے جاتے ہیں۔ بمصداق:۔

ع غریبوں کی ہے جو کہ ہوتی مٹھائی
امیروں کو ہے زہر دیتی دکھائی
ہوا قیس دیوانہ لیلیٰ کی خاطر
سیاہ رُو کھتی عالم کو وہ نظر آئی
ہو دوزخ کے باشندوں کو جو بہشت
وہ "اسراف" حوروں کو دوزخ ہے۔ بھائی!
یہی زہروں کا ہو اثر ساختوں پر
جو آنتوں کے اندر ہیں جاتی بنائی
مفرح ہوں ادنےٰ کو اعلیٰ کو ماریں
یہی رمز چیتن نے حکمت سے پائی

پس بجائے دشمنوں پر حملہ کرنے کے یہ انہی پر اپنا دانت تیز

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۸۴) کا "انٹی ٹاکسین" (دافع زہر) تیار کیا جا سکے۔ اور وہ امرت کی حیثیت میں وہ موت کا حکمی علاج کہلائے۔ (ایک طرف تو سائنس کی یہ میٹھا ملاحظہ ہو۔ اور دوسری طرف خیالات کی پستی اس شعر کننے سے ظاہر ہے:۔ ع زندگی موت تھی اک عمر میں ثابت یہ ہوا
میرا ہونا تھا فقط میرے نہ ہونے کے لئے۔)

کرتے ہیں۔ اور آہستہ آہستہ ان کے مادوں کو جذب کر کے ان کو نابود کرتے اور خود ان کی جگہ لیتے جاتے ہیں۔ چنانچہ دماغی سیلز کی جگہ (نیوروفیگس کی بدولت) "نیوراگلیا" اور عضلات کے سکڑنے والے مادہ یعنے "مایو پلازم کی جگہ (مایوفیگس کی بدولت) "سارکوپلازم" بڑھ جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے دماغی اور عضلاتی طاقت کمزور ہوتی جاتی ہے۔ بالوں کے سیاہ پگمنٹ کو در کروموفگ کھا جاتے ہیں۔ جس سے وہ سفید ہو جاتے ہیں + ہڈیوں پر آسٹی اوکلاسٹ نامی سیلز کا عمل ہوتا ہے۔ جو کہ ایک ترش رطوبت کے اخراج سے ہڈی کے چونے کو گلا کر نرم کرتے اور اس کے "بآسانی ٹوٹنے والی" ہونے کا باعث ہوتے ہیں۔ اور وہ چونا دوران خون میں داخل ہو کر دوسری ساختوں میں تہ نشین ہو جاتا ہے۔ جس سے کرّیاں ہڈی کی صورت اختیار کر لیتی ہیں۔ مُہروں کی درمیانی کرّیوں پر اثر پڑنے سے ریڑھ کی ہڈی سخت ہو کر کُبڑاپن کا موجب ہوتی ہے۔ شریانوں کا "ایتھروما" ہو جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے پرورش میں نقص آ کر "لینس" میں چربی بھرنے سے موتیا بند ہو جاتا ہے ⁘ چونکہ شرائن کا ایتھروما ایک اور بیماری "آرٹیریل سکلے روسس" سے مشابہت رکھتا ہے۔ جو کہ شرابخوری۔ متعدی امراض کے جراثیم کی زہروں مثلاً آتشک وغیرہ۔ عروق کی سوزش۔ عادتی قبض اور ایڈرانیلین ونکوٹین وغیرہ کی پچکاری کرنے سے بھی ہو جاتی ہے۔ اس لئے بڑھاپے کی علامات پیدا کرنے میں ان گلٹیوں کے نقص فعل کا بھی اظہار ہوتا ہے۔ جو کہ عام طور پر زہروں کے اجزا توڑ کر ان کو بے ضرر بناتی ہیں۔ مثلاً جگر اور تھائرائڈ گلینڈ وغیرہ + صرف خصیوں کے سیلز ہیں۔ جو کہ سب سے زیادہ قوت مقابلہ کا اظہار کرتے ہیں۔ اور نوّے یا سو سال کی عمر تک بھی دیر یہ

پیدا کرنے کی قابلیت رکھتے پائے گئے ہیں + پس "میکروفیگس" تھیوری تمام علامات کی باآسانی عقدہ کشائی کرسکتی ہے +

## "میکروفیگس" تھیوری کا ثبوت :-
یعنے
## آنتوں کا دیوتا "یم" کہنے کا کارن :-

اِس دعوے کی تصدیق یُوں ہوتی ہے۔ کہ کائینات میں جہاں ایک طرف سو سال سے بھی زیادہ عمر تک زندہ رہنے والے ذی رُوح پائے جاتے ہیں۔ وہاں دُوسری طرف، بیشمار جاندار ایسے بھی ہیں۔ جن کی عمر دو چار سال یا اس سے بھی کم ہوتی ہے۔ جس سے سوال پیدا ہوتا ہے۔ کہ "اس عالم اسباب میں وُہ اُمور کون سے ہیں۔ جو کہ عمر کے چھوٹے بڑے ہونے پر اثر انداز ہوتے ہیں"؟ اگرچہ معمولی مشاہدے سے تو اس سوال کے کئی جواب دیئے جا سکتے ہیں۔ مثلاً چونکہ درندے پرندوں کی نسبت جلدی مرتے ہیں۔ اس لئے عمر کی زیادتی کا انحصار غذا کی صورت پر ہوگا + یا چوہوں (۵ سال) سے خرگوش (۱۰ سال) اور خرگوش سے بھیڑ کی عمر (۱۵ سال) زیادہ ہوتی ہے۔ بھیڑ سے گائے (۲۰ سال) گائے سے گھوڑے (۳۰ سال) گھوڑے سے اونٹ (۴۰ سال) اور اس سے ہاتھی کی عمر (۸۰ سال) زیادہ ہوتی ہے۔ اس لئے عمر کا لمبا ہونا قد و قامت کی بڑائی پر مبنی ہوگا۔ وغیرہ وغیرہ + مگر چونکہ کچھوے اور سانپ (۲۰۰ سال) یا طوطے (۸۰ سال) اور کوّے کی عمر (۱۰۰ سال) باوجود غذا کے اختلاف اور قد کے چھوٹے ہونے کے بھی سینکڑوں برس تک پہنچتی ہے۔ اس لئے سوال مذکورہ بالا کا صحیح جواب حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ بیرونی حالات سے گزر کر اندرونی ساختوں کا مطالعہ کیا جائے۔ چنانچہ اس طریق عمل سے پتہ

گلتا ہے۔ کہ رینگنے والے جانوروں (سانپ وغیرہ) اور اُڑنے والوں (طوطا وغیرہ) سے دُودھ پلانے والوں میں نہ تو دوران خُون اور تنفس کے انتظام میں اختلاف ہے۔ اور نہ ہی عصبی اور تناسل کے اعضا ہیں۔ ہاں اگر کچھ فرق ہے۔ تو صرف اعضائے انہضام میں ہے۔ کیونکہ جہاں اول الذکر میں بڑی آنتیں ہیں ہی نہیں۔ یا نہ ہونے کے برابر ہیں۔ وہاں آخر الذکر میں ان کی خاصی لمبائی پائی جاتی ہے۔ اور "کولن" نامی کئی فٹ لمبا حصہ ان سے زائد ہے۔ جس سے شک ہوتا ہے۔ کہ ہو نہ ہو۔ یہی قلیل العمری کا باعث ہے۔

مگر اب قابل غور امر یہ رہ جاتا ہے۔ کہ "بڑی آنتوں کی موجودگی" اور "قلیل العمری" اتفاق سے ایک جگہ اکٹھی ہو گئی ہیں۔ یا کہ ان دونو کا کچھ باہمی تعلق بھی ہے؟ اس کا جواب تمام ریڑھ کی ہڈی والے حیوانات میں ان کی مقابلتہً لمبائی اور فعل کے مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ پرندوں میں بڑی آنتوں کا ایک حصہ (سکیم) صرف شتر مرغ وغیرہ دوڑنے والوں میں پایا جاتا ہے۔ جس میں ہاضمہ کی طاقت بہت کم ہے۔ مگر فضلے کو جمع رکھنے کا کام دیتا ہے۔ دیگر پرندوں میں یہ بہت چھوٹا اور چرندوں میں بہت بڑا ہوتا ہے +

چمگادڑ میں بڑی آنتیں نہ صرف شکل میں ہی چھوٹی آنتوں سے مشابہت رکھتی ہیں۔ بلکہ ہاضمہ کا کام بھی دیتی ہیں +

اس کے علاوہ دیگر دُودھ پلانے والے جانوروں میں سوائے "سیلولوز" کے ہاضمے یا پانی اور فضلے کے کھاری عرق کو جذب کرنے و میوکس نامی رطوبت کے اخراج کے اور کوئی کام نہیں دیتیں۔ چنانچہ خاص امراض میں غذا کو بذریعہ پچکاری داخل کرنے سے ثابت ہوا ہے۔ کہ ہاضمہ اور جاذبہ کی طاقت

ان میں بہت کم ہے۔ خصوصاً انسان میں جہانکہ "سیلولوز"
کو بھی ہضم نہیں کرتیں + اس لئے ان کا کام صرف فضلے کو
تیار کرنا اور خاص عرصہ تک جمع رکھنے کے بعد نکالنا ہی ہے +
اس سے یہ بھی سمجھ میں آسکتا ہے۔ کہ آنتوں کے اس
حصے کے بڑھنے کا کارن کیا ہے؟ کیونکہ "جدوجہد زندگی"
میں سانپ زہر کی موجودگی سے۔ کچھوا سخت غلاف کے ہونے
سے۔ اور پرندے اُڑنے کی طاقت رکھنے سے اپنے تئیں دشمنوں
سے بچانے میں کامیاب ہوسکتے ہیں۔ لیکن چوپائیوں اور دوڑنے
والے پرندوں کے لئے بباعث کسی دوسرے وصف کے نہ ہونے
اور ٹانگوں میں طاقت رکھنے کے صرف یہی ضروری تھا۔ کہ
وہ بغیر کہیں ٹھہرنے کے خاص عرصہ تک لگاتار دوڑ سکیں +
چونکہ پرندے اُڑتے وقت بھی پچھلے بازؤں کے کام میں نہ آنے
کی وجہ سے فضلہ بآسانی خارج کر سکتے ہیں۔ لیکن تیز دوڑنے
کی صورت میں چوپائے ایسا نہیں کر سکتے۔ اس لئے ان کو فضلے
کے خاص وقت تک جمع رکھنے کے لئے جو شکم میں خاص عضو
کی ضرورت ہوئی۔ وہ قانون "ایڈاپٹیشن" کے زیر اثر بڑی
آنتوں کی صورت میں پوری کی گئی (چنانچہ پرندوں میں سے
شتر مرغ وغیرہ جنہوں نے اُڑنے کی جگہ دوڑنے کو پسند کیا۔
ان میں بڑی آنتوں کا بڑھ کر "فضلے کے گودام" کا کام دینا اور
دودھ پلانے والوں میں سے چمگادڑ وغیرہ جنہوں نے اُڑنا
اختیار کر لیا۔ ان میں بڑی آنتوں کا چھوٹا ہوکر چھوٹی آنتوں
کی طرح ہاضمہ کا کام اختیار کر لینا اس قانون کی سچائی کے
زندہ ثبوت ہیں +) مگر اس زائد جائداد کا معاوضہ ان کو قلیل العمری
کی صورت میں بھوگنا پڑا۔ جو کہ گویا فضلات کے جمع رکھنے کا
لازمی نتیجہ ہے۔ کیونکہ اس کے سڑنے سے "سپٹی سیمیا" اور "ٹاکسیمیا"

کا ہونا جسمانی ساختوں کے لئے مضمن زہر کا اثر رکھتا ہے +
اب رہا سوال یہ کہ دُودھ پلانے والوں میں مختلف حیوانوں
کی عمر کم و بیش کیوں ہے ؟ ۔ اس کا جواب یہ ہے ۔ کہ ہاتھی
کی نسبت جگالی کرنے والے جانوروں کی عمر اس لئے چھوٹی
ہوتی ہے ۔ کہ نہ صرف ان کی خوراک میں سڑاند پیدا کرنے والے
جراثیم ہی زیادہ شامل ہوتے ہیں ۔ بلکہ ان کے معدے بھی
خانہ دار ہوتے ہیں ۔ اس لئے غذا زیادہ دیر تک اندر سڑنے
کا موقع پاتی ہے ۔ چنانچہ بھیڑ میں آج کا کھایا ہوا کھانا ہفتے
کے بعد اخراج پاتا ہے ۔ اس لئے گو بظاہر اس کا فضلہ بدبودار
معلوم نہیں ہوتا ۔ لیکن پیٹ چاک کرنے پر سڑاند کا جو نقشہ
نظر آتا ہے ۔ اس کو دیکھ کر عمر کا کم ہونا معمولی بات معلوم ہوتی
ہے + گھوڑے میں اگرچہ معدہ سادہ ہے ۔ لیکن ہاضمہ کا عمل
بہت سُست ہوتا ہے ۔ چنانچہ اس کی خوراک تقریباً چار روز
اندر رہتی ہے ۔ جس میں سے معدہ اور چھوٹی آنتوں میں صرف
چوبیس گھنٹے اور بڑی آنتوں میں تین دن رہتی ہے + حالانکہ
پرندوں میں بالکل اس کے برعکس معاملہ ہوتا ہے ۔ کیونکہ "مثانہ"
اور "کولن" کی عدم موجودگی ہونے سے فضلہ جمع نہیں رہ سکتا ۔
جب بنتا ہے ۔ جھٹ خارج ہو جاتا ہے ۔ اور جراثیم کو اندر
کام کرنے کا کوئی موقع نہیں ملتا ۔ اس لئے نہ صرف پیٹ پھاڑنے
سے سڑاند ہی نہیں معلوم ہوتی ۔ بلکہ ان کی عمر بھی زیادہ ہوتی
ہے + مگر شتر مُرغ وغیرہ میں (جہاںکہ فضلے کا جمع رہنا اور اس
میں جراثیم کا نسبتاً بکثرت ہونا پایا جاتا ہے ) اگر باوجود قد میں سب
سے بڑا پرندہ ہونے کے بھی بمقابلہ اُڑنے والے پرندوں
کے عمر چھوٹی ہوتی ہے ۔ تو اس کے بالمقابل چمگادڑ کا پرندوں
کی طرح فضلہ بنتے ہی جھٹ پٹ خارج کر دینا باوجود اس کا

قد چھوٹا ہونے کے بھی اس کی عمر کے لمبا ہونے کا کارن ہوتا ہے،
(جیسے کہ کسی ناپسندیدہ شخص کو دیر تک ساتھ رہنے کی صورت
میں کہا جاتا ہے۔ کہ "چمگادڑ کی طرح پیچھا ہی نہیں چھوڑتا")
باقی رہے اعلیٰ درجہ کے حیوانات جو کہ سو برس کے لگ بھگ
عمر پاتے ہیں۔ ان کے لئے "قوتِ مقابلۂ امراض" کا خیال
رکھنا چاہئے۔ یعنے جس طرح "بیسی لس ٹے ٹےنس" یا "ٹیولزم"
(جو کہ دودھ پلانے والوں پر مہلک اثر رکھتا ہے) کچھوے کو
کوئی تکلیف نہیں پہنچاتا۔ جبتک کہ اس کی آنتوں میں زخم نہ
ہو۔ ویسے ہی اغلب ہے۔ کہ ہاتھی وغیرہ کے اجسام میں قوت
مقابلہ زیادہ ہو۔ یا جسم کے خاص حصّے نسبتاً زیادہ قوت رکھتے
ہوں۔ جن کی رطوبت جراثیم کے زہر کو برباد یا بے اثر کر سکتی ہو۔

## بوڑھاپے کا علاج

مذکورہ بالا واقعات کو دیکھ کر سوال
پیدا ہوتا ہے۔ کہ جب اس طرح
پر آنتوں کی موجودگی میں سڑاند
پیدا ہونا لازمی ہے۔ تو پھر ان بڑھاپے کی بھیانک علامات
سے رہائی کیونکر حاصل کی جا سکتی ہے؟ اس کا جواب یہ ہے۔
کہ جن اصحاب کے خیال میں "بوڑھاپا" خصیوں کے فعل میں
کمی آنے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اور ان کی "اندرونی رطوبت" سے
جسم کے محروم رہنے پر ہر قسم کی کمزوری ظہور پذیر ہوتی ہے۔
وہ تو چاہے بوڑھوں کو نوجوان لڑکیوں سے شادی کرنے

---

۱؎ انگریزی لفظ "Rejuvenate" کا ہندوستانی لفظ "مرمت" سے مترادف ہونا
بھی اس مضمون پر قدرے روشنی ڈالتا ہے۔ کیونکہ Juvenate کے معنے "جوڑنا" اور
Re کے معنے "پھر" کے ہوتے ہیں۔ اور "مرمت" لفظ "مر" و "مت"
کے ملانے سے بنتا ہے۔ پس صاف ظاہر ہے۔ کہ نیا جوڑا حاصل کرنا ہی
موت سے بچانے کا سادھن خیال کیا گیا ہوگا۔

(جیسا کہ پرانے عہد نامے میں آیا ہے) یا سپرین اور خفیوں کا "ایملشن" بصورت پچکاری استعمال کرنے کی ہدایت کریں۔ لیکن مندرجہ بالا سدھانت کے بموجب تو صرف دو باتوں میں سے کسی ایک کی ضرورت ہے (۱) یا تو بڑی آنتیں نہ رہیں۔ (۲) یا ان میں سڑاند کا عمل نہ ہونے پاوے۔ چونکہ پہلی بات بغیر جراحی کی امداد کے محال ہے۔ نیز اس میں کئی قسم کے خطرات کا احتمال ہے۔ اس لئے دوسرے امر کی طرف ہی توجہ دلائی جاتی ہے۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے زمانہ قدیم سے مختلف طریقے تجویز کئے گئے ہیں:-

(۱) "پرانایام" کرنا اور بیرونی صفائی کے ساتھ ساتھ اندرونی صفائی کا خاص خیال رکھنا یعنے ہر روز آنتوں کا باقاعدہ خالی کرنا اور قبض نہ ہونے دینا۔ اور اگر خدانخواستہ ہو جائے تو "جلاب" کا استعمال کرنا (چنانچہ اسی خیال سے چند صدیاں پیشتر چین میں "ایلوز" (صبر یا ایلوا) کے عرق کو "آب حیات" کے نام سے موسوم کیا جاتا تھا۔)

(۲) آنتوں میں سڑاند کے روکنے والی ادویات کا استعمال مثلاً کیلومل۔ نیفتھال۔ کافور۔ تھائیمال وغیرہ (جن میں سے آخر الذکر دو ادویات کے ساتھ "منتھال" و ایک رنگین شے ملا کر اکثر دیسی حکیم آجکل بھی "امرت دھارا" وغیرہ کے نام سے فروخت کرتے ہیں)۔ "زمانہ قدیم کا "سوم رس" بھی شاید یہی اثر رکھتا ہو؟

(۳) ہر ایک چیز حتےٰ کہ پھل اور پانی کو بھی ابال کر استعمال کرنا۔ تاکہ حتے الامکان جراثیم کو اندر داخل ہونے کا ہی موقع نہ ملے۔ (اسی اصول پر اکثر اہل ہنود لکڑیاں بھی دھو کر چوکے میں لے جاتے ہیں۔)

(۴) برت رکھنا۔ تاکہ جراثیم کو اندر نشوونما پانے کے لئے سامان کم مل سکے :۔

(۵) خوراک کو خوب ہی چبا کر کھانا تاکہ غذائیت فوراً ہضم اور جذب ہو جائے :۔

(۶) "سائٹوٹاکسک سیرم" کی جلد میں پچکاری کرنا۔ جس سے اعلیٰ درجہ کے سیلز کو تقویت پہنچے (کیونکہ جس طرح ڈیجی ٹیلس نامی دوائی زیادہ مقدار میں دل پر زہریلا اثر رکھتی اور کم مقدار میں اس کو تقویت دیتی ہے۔ ویسے ہی خاص قسم کے "سیلز" کو ضائع کر دینے والا "سیرم" بھی خفیف مقدار میں ان کو طاقت دیتا ہے :۔) جیسے "اینمیا" میں خون کے سرخ دانوں کا "اینٹی سیرم" مفید ہوا ہے :۔

(۷) چونکہ ان تمام تجاویز میں سے بعض تو بہت کم فائدہ کرتی ہیں اور بعض سے ایک پہلو میں کسی قدر فائدہ پہنچنے کے ساتھ دوسری طرف سخت محنت یا نقصان کا بھی سامنا ہوتا ہے۔ اس لئے آخری مگر سب سے بہتر تجویز یہ ہے۔ کہ "موزون غذا" کا استعمال کیا جائے :۔ چونکہ "ایسڈ" کی موجودگی میں "بیوٹائرک" قسم کا خمیر اور سڑاند نہیں واقع ہو سکتی۔ اس لئے کھانے میں بجائے گوشت کے (جو کہ بہت جلد سڑ جاتا ہے) دودھ دہی کا استعمال ہونا چاہئے۔ جو کہ نہ صرف "لیکٹک" قسم کا خمیر ہونے سے خود ہی نہیں سڑتا۔ بلکہ اپنی موجودگی میں سڑاند کے جراثیم کو بھی کام کرنے سے روکتا ہے :۔

المختصر "گوشت خوری" جس صورت میں پرندوں کے لئے بھی (جن میں بڑی آنتیں بہت تھوڑی لمبائی رکھتی ہیں) چرندوں کی نسبت قلیل العمری کا باعث ہوتی ہے۔ تو بھلا انسان کے لئے (جسکی آنتیں بھی چرندوں سے مشابہ ہیں) اس کو ناموزون

کہا جائے - تو کیا شبہ ہو سکتا ہے؟

## بُدھ مت کا بُنیادی اصول

آریہ ورت میں اسی "گوشتخوری" کے نتائج یعنے "بیمار - بوڑھے - اور طبعی عمر سے پیشتر مرنے والوں" کی کثرت کو دیکھ کر اسکی اصلاح کے لئے ایک نوجوان نے راج کو تیاگ کر بُدھ رُوپ دھارن کیا تھا - ضرورت ہے - کہ اس بیسویں صدی میں پھر کسی بُدھ کا اوتار ہو - تاکہ نئی تہذیب کے شکاریوں کا طرح طرح کی مصیبتوں سے اودھار ہو +

## فطرتِ انسانی

اسی مضمون کو واضح کرنے کے لئے "فطرتِ انسانی" کے متعلقہ صاحب موصوف لکھتے ہیں - کہ مسئلہ ارتقا کے بموجب چونکہ انسان بندر سے زیادہ مشابہت رکھتا ہے - اس لئے شروع میں غالباً

---

بما اس مسئلہ کی تصدیق "کمپیر ٹیو اناٹومی" - "ہیلی انٹا لوجی" - "ایمبریالوجی" اور "بایو کیمسٹری" سے ہوتی ہے - کیونکہ (۱) نہ صرف انسان کی ہڈیاں عضلات اور دانت وغیرہ اعضاء جسمانی ہی تعداد و شکل میں "بندر" (انتھراپائڈ) سے مشابہت رکھتے ہیں - بلکہ (۲) طبقات ارض میں بھی انسانی صورت بندر کے بعد ہی پائی گئی ہے + (۳) نیز حمل کے اندر جو ایک "سیل" کی نشو و نما ہوتے ہوتے پورا بچہ تیار ہوتا ہے - وہ جن مختلف صورتوں میں سے گذرتا ہے - وہ تقریباً تمام حیوانی صورتوں کا ہی اختصار معلوم ہوتا ہے - گویا انمیں سے ہر ایک صورت بلحاظ زمانہ حمل کے بیرونی سلسلۂ حیوانات سے بلحاظ و کاش کے درجے کے خاص مشابہت رکھتی ہے - چونکہ بندر ان تمام سے آخیر میں مشابہت کا مظہر ہوتا ہے - اس لئے نوع انسان) کے بزرگ کہلانے کا ہی مستحق ٹھہرتا ہے (۴) "بایو کیمسٹری" انسان کا بندر سے رشتہ یوں ثابت کرتی ہے - کہ غیر جنس حیوان کا خون ایک دوسرے میں بوساطت پچکاری داخل کرنے سے اس کے "سیلز" (خون کے دانوں) کو تباہ کر دیتا ہے - مگر ہمجنس کا نہیں + چونکہ بندر کا خون اس عمل سے بھی انسان سے اتفاق رکھتا ہے - اس لئے یہی اسکو سب سے قریبی رشتہ دار سمجھا گیا ہے + "نوٹ" - یہ خیال رہے - کہ انسان

اس کی نسل میں غیر معمولی دماغی شکتیاں ویسے ہی پیدا ہؤا ہوگا۔ جیسے کہ آجکل بھی کبھی کبھی کسی جاہل کے گھر میں غیر معمولی قابلیت والی شخصیت ظہور پکڑتی ہے + پس چونکہ ورثے میں اس کو ایسی ساخت جسمانی ملی ہے۔ جو کہ موجودہ گردونواح کے حالات سے بالکل مختلف حالات کے موزون ہے۔ اور دماغی طاقت اپنے بزرگوں سے بہت بڑھ کر ہے۔ اس لئے یہ فوری تبدیلی بمصداق ع اے روشنئ طبع تو برمن بلاشدی۔ اس کے لئے کئی ایک "آرگینک ڈس ہارمونیز" (جسمانی بے آہنگیوں) کا موجب ہوئی۔ جو کہ اس کی عقل اور احساس کی ترقی کے ساتھ ساتھ متعدد تکالیف کا باعث ثابت ہوتی رہی ہیں +

**فطرتِ عالم**

مخفی نہ رہے۔ کہ یہ "بے آہنگی" انسانی صورت میں ہی نہیں پائی جاتی ہے۔ بلکہ کائینات کا مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ نباتات اور حیوانات میں بھی اگر ایک طرف تقریباً مکمل ہم آہنگی موجود ہے۔

---

(بقیہ حاشیہ ۱۹۴ صفحہ) کائینات میں سب سے آخری مخلوق نہیں۔ کیونکہ کپڑوں کی جوئیں اور "گانوکاکس" نامی جراثیم اس کے بھی بعد ظہور میں آئے ثابت ہوتے ہیں +

ع۲ سے شبیہ مدنظر ہے کس کی کہ کوئی پوری نہیں اُترتی
مٹا دئے صانع ازل نے ہزاروں نقشے بنا بنا کر

پیارے ناظرین! کائینات کی "ڈس ہارمنی" کے خیال کا ہی نتیجہ ہے کہ مغربی محققین عام طور پر دہریہ پن کی طرف مائل ہو رہے ہیں۔ چنانچہ علم الزندگی کا ایک عالم لکھتا ہے۔ کہ کڈ وانہ ایک وقت میں دس کروڑ انڈے دیتا ہے + اور "کارپ" نامی مچھلی ہر سال ڈھائی لاکھ انڈے دیتی ہے۔ اور پچاس برس تک یہ سلسلہ جاری رکھتی ہے۔ اگر اسکی اولاد میں آدھی جنس تذکیر اور آدھی جنس تانیث ہو۔ اور وہ اپنا ایسا ہی عمل جاری رکھے۔ تو دوسری تیسری نسل میں ہی تمام پرتھوی کو گھیر لے۔ اس لئے لازمی ہے۔ کہ اُن کی ہلاکت کا انتظام بھی ساتھ ہی ہو + ایسے ہی

تو دوسری طرف اکثر صورتوں میں اس کا تقریبًا بالکل الٹا ہی ہے۔ چنانچہ "جیالوجی" کے مطالعہ سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ جہاں بیشمار حیوانی نسلیں بالکل برباد ہو چکی ہیں۔ وہاں کچھ نسلیں

(بقیہ حاشیہ ۱۹۵ صفحہ) نباتات کا عالم ہے۔ یعنی درخت ہر سال اتنے بیج پیدا کرتے ہیں۔ کہ اگر ان تمام کو نشو ونما کا موقع ملے۔ تو ساری دنیا کو آباد کرنے کے لئے اُن میں سے ایک ہی کافی ہو۔ گویا ادنٰے درجہ کے تمام جانداروں کا بھی حال ہے۔ جن کے مشاہدات قدرت کی طاقتوں کے "اندھیج (بھول) ہونے پر دلالت کرتے ہیں۔ کیونکہ نباتاتی زندگی فردی طور پر خواہ فاعل کی دانائی کا کتنا بھی اظہار کیوں نہ کرے۔ لیکن سبزی خوروں کی موجودگی میں مجموعی طور پر دیکھنے سے اسکی "ڈس ہارمنی" صاف عیاں ہو جاتی ہے + ایسے ہی چرندوں کے نقطۂ نگاہ سے گوشتخوروں کی زندگی ناپسندیدہ ہے + اگر انسان کو ہی قدرت کی کوششوں کا معراج قرار دیا جائے۔ تو پھر آنتوں کے کیڑوں یا متعدی امراض کے جراثیم سے کیا فائدہ؟ غرض یہ کہ جس طرح خدا کی ہستی سے انکار کرنے کو کفر کہا جاتا ہے۔ ویسے ہی کیا یہ کہنا کفر نہیں۔ کہ پریم کے گیان سوروپ سرشکتی مان کرتار نے ایسا مکمل نقشۂ کائنات حیوانی اور نباتاتی صورتوں سے پُر اس لئے بنایا ہے۔ کہ وہ باہم ایکدوسرے سے بیرحمی سے جد و جہد کرتے رہیں؟ اور اگر یہ کہا جائے۔ کہ "بقاء بہترین" کا رکھنا مدنظر ہے۔ تو لاکھوں کی تعداد میں نسل کے پیدا ہونے اور ان میں سے صرف چند ایک کے بلوغت تک پہنچنے اور باقی تمام کے ضائع ہو جانے سے چونکہ دنیا میں روزمرہ بیشمار جانداروں کی بربادی دیکھی جاتی ہے۔ اس لئے جس طرح اگر کوئی شخص ایک درخت پر چڑھ کر ایک خرگوش کو مارنے کے لئے ہر طرف لاکھوں گولیاں چلائے + یا ایک مقفل کمرے میں داخل ہونے کی خاطر ہزاروں مختلف قسم کی چابیاں لے کر یکے بعد دیگرے ان سے قفل کھولنے کی کوشش کرے + یا ایک رہائشی مکان کی غرض سے ایک بڑا شہر آباد کرکے اس میں سے ایک گھر اپنے لئے چُنے اور باقی تمام کو صرف ہوا اور بارش کے لئے چھوڑ دے + تو کوئی اس کے کام کو معقول نہیں کہہ سکتا۔ ویسے ہی کیا یہ درست نہیں ہے کہ فاعل دنیا کی مخفی دلائل اور اعلٰے دانائی کو علم الزندگی کے نقطۂ نگاہ سے اس سے بھی کم درجہ دیا جائے +

ان سے بھی پہلے کی اس دنیا میں اب تک موجود ہیں۔ جس سے پایا جاتا ہے۔ کہ اگرچہ "وکاش" ادنےٰ سے اعلیٰ صورتیں اختیار کرانے کا کام کرتا ہے۔ لیکن لازمی نہیں۔ کہ سلسلے وار "قابلیت زندگی" (اڈاپٹیشن) کی بھی ترقی ہوتی رہی ہو۔ چنانچہ "ونیلا" نامی درخت کا ہر ملک میں (جہانکہ وہ مکھیاں یا تیتریاں وغیرہ جانور نہیں ہوتے۔ جو کہ پھولوں کے نر و مادہ اجزا کو ملا سکیں) پھلدار ہونا ۱۸۴۱ء میں ممکن ہوا۔ جبکہ ایک عالم شخص نے بانس کے ذریعہ پھولوں کی پتیوں کو خاص وقت پہ بیندھنا شروع کیا۔ تاکہ بلا وساطت مذکورہ بالا جانوروں کے بھی اجزاء تذکیر و تانیث وصال پا سکیں + اگرچہ اس کے ساتھ ہی یہ امر بھی پایہ ثبوت کو پہنچ گیا۔ کہ درختوں کی نسل اعلےٰ کرنے کے لئے ان کے پھولوں پہ مکھیوں وغیرہ کا زیادہ بیٹھنا بہت اچھا ہے۔ کیونکہ یہی دو پودوں

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۹۶) علاوہ ازیں لامحدود "قوت زندگی" اور محدود "قوت مادی" کا کائینات میں بالمقابل ہونا بذات خود ایک سخت ناموزونیت ہے۔ کیونکہ جس طاقت سے "زندگی" بڑھنے کی قابلیت رکھتی ہے۔ اسی نسبت سے اس کی پرورش کا سامان نہیں بڑھ سکتا + مختلف قوموں میں بالخصوص یہی وجہ باعث جدوجہد اور مانع اخلاق ہو رہی ہے + از کلام مصنف :-

فطرتِ انساں میں کر دی جاگزیں فکرِ معاش
نسل اپنی سے محبت۔ نیز راحت کی تلاش
رکھی طاقت "زندگی" میں بڑھنے کی ازحد۔ مگر
عالم مادی کا ہے محدود ہونا دلخراش
مبنی "جدوجہد" پر رکھا قیام زندگی
ہو رہا سارے زمانے میں ہے اب یہ راز فاش
جب "بقاء بہترین" کا فیصلہ "چیستن" ہوا
شیطنت پھر کیوں نہ ہو یاں خلق سے پوچھے کوئی کاش!
در میانِ قعرِ دریا تختہ بندم کردۂ
بازمیگوئی کہ دامن تر مکن ہشیار باش

کے بیجوں کو باہم ملانے کا باعث ہوتی ہیں + گویا پھولوں کی رنگت بو۔ رس اور ملائمت وغیرہ تمام اوصاف ان کی "قابلیت زندگی" کے معاون ہیں + ایسے ہی ایک قسم کی کھونزی کا جھینگر اور مکڑی کو مفلوج کر کے اپنے انڈوں کے پاس رکھنا (تاکہ وہ بچے بننے کی صورت میں ان سے غذا کا کام لے سکیں۔) ظاہر کرتا ہے۔ کہ انتظام عالم میں مکمل "ہارمنی" موجود ہے۔ لیکن دراصل یہ تصویر کا ایک رُخ ہے۔ جب دوسری طرف نگاہ دوڑائی جاتی ہے۔ کہ نہ صرف بعض پھولوں میں مادہ کے ساتھ نر کا "رُوڈیمنٹری" حصہ (چھوٹا سا برائے نام عضو) ہی پایا جاتا ہے۔ جو کہ بالکل بیفائدہ ہوتا ہے۔ بلکہ ایک طرف تو بعض تیتریاں مُنہ کے نوکدار نہ ہونے کے باعث باوجود کمال اشتیاق کے پھولوں کے شہد سے محروم رہتی اور پتیوں کو اپنے بوجھ سے توڑنے میں تضیع اوقات کرتی ہیں۔ اور دوسری طرف بعض مکھیاں پھولوں میں کھنس کر مر جاتی ہیں۔ گویا وہاں سے نکلنے کی قابلیت ہی نہیں رکھتیں + ان دونو صورتوں میں ناقابلیت دراصل "نامکمل ہارمنی" پر ہی دلالت کرتی ہے +۔ علاوہ ازیں مادری محبت کے برخلاف بعض جانوروں کا اپنی اولاد کو کھا جانا اور پروانوں کا شمع پر جل مرنا (جو کہ عام طور پر ان کے نر ہونے کے باعث اس امر کا مظہر ہے۔ کہ وہ اپنی مادہ سمجھ کر اس کی طرف رجوع کرتا ہے۔ جو کہ اپنی دُم میں روشنی رکھتی ہے) ثابت کرتا ہے۔ کہ ہر حالت میں عقل حیوانی کا مکمل سمجھنا ایک طرح سے فنا کا راستہ لینا ہے +۔

## انسان کی فطرتی "ڈس ہارمنی" اور اس کا علاج:۔

اس لئے سوال پیدا ہوتا ہے۔ کہ فطرتی طور پر انسان اپنے گردونواح

کے حالات سے کن پہلوؤں میں ہم آہنگی نہیں رکھتا؟ اور اس کا علاج کیا ہے؟ سو معلوم رہے۔ کہ انسان کا آغاز حیوانات سے ہے (جو کہ نباتات کے چھوٹے بھائی اور معدنیات کی نسل سے ہیں) اور "رُوڈیمنٹری" اعضا (پستان وغیرہ) اس کی اصلیت کا حیوان سے تعلق باندھتے ہیں۔ چنانچہ نہ صرف جلد کے لمبے بال ہی بیکار ہیں۔ بلکہ دانتوں کی زیادتی (جو کہ بندروں میں بھی کمی کا میلان رکھتی ہے۔ جیسا کہ نئی دنیا کے بندروں میں ۳۶ اور ایشیا کے بندروں میں ۳۲ پائے جانے سے ظاہر ہے) بھی بیفائدہ ہے "عقل" داڑھ کا کام اکثر کیڑا لگنے یا رسولی و سوزش کی امراض کا تختۂ مشق بننے سے ہی دیکھا جاتا ہے + "سیکم" اور "ورمیفارم اپینڈیکس" بھی ایسے اعضا ہیں۔ جو کہ بباعث "قوت مقابلہ" کی پیدائشی کمی کے اکثر بیماریوں کا ہی موجب ہوتے ہیں + بڑی آنتیں بھی فضول ہیں۔ کیونکہ گو چرندوں میں بوساطت جراثیم کے "سیلیولوز" کے ہضم کرنے اور مثانے کی طرح فضلے کے جمع رکھنے کا کام دیتی ہیں۔ لیکن انسان میں نہ صرف ہاضمہ کا ہی کام نہیں دیتیں۔ بلکہ غلاظت جمع رکھنے کے باعث اُلٹی سڑاند کے زہروں کے انجذاب کا باعث ہوتی ہیں۔ قبض، پیچش اور مہلک رسولیاں زیادہ تر انہی میں ہوتی ہیں + علاوہ ازیں معدہ بھی باعث امراض ہونے سے کسی حد تک بیسود ہے۔ کیونکہ اس کا کام چھوٹی آنتیں بخوبی دیسکتی ہیں + اگرچہ یہ اعضاء بزرگوں کی میراث ہیں۔ کیونکہ دیرہضم پودوں کے کھانے والے ہونے سے وہ ایسے اعضاء رکھنے کے لئے مجبور تھے۔ مگر انسان کی عقلی ترقی نے زود ہضم غذائیں تجویز کر لی ہیں۔ اس لئے کہ خدا نے کی طرح اس کو ان کی ضرورت نہیں رہی +

دوم:۔ بھوک کی "انسٹنکٹ" (عقل حیوانی) جہاں دیگر

حیوانات میں تقریباً صحیح راستہ دکھاتی ہے۔ وہاں انسان میں اکثر گمراہ کرنے کا باعث ہوتی ہے۔ چنانچہ نہ صرف بچے ہی ہر ایک شئے بغیر سوچے منہ میں ڈال لیتے ہیں۔ بلکہ جوان بھی شراب اور افیون وغیرہ منشیات کھا کر مرتے ہیں۔ مطلب مختصر یہ کہ "اعضاء انہضام" اور کھانے کی "خواہش" میں سخت "ناموزونیت" ہے۔

(۳) آنکھوں کا اندھیرے میں نہ دیکھ سکنا اور حافظے کا بچپن میں معدوم ہونا بھی حواس اور قواء دماغی کی بے آہنگی کا مظہر ہے۔ لیکن ان سے بڑھ کر اعضاء تناسل میں پائی جاتی ہے۔ جہانکہ "روڈ یمنٹری" اعضاء کے علاوہ "ہائیمن" (اندام نہانی کا پردہ) کے سخت ہونے کی صورت میں اکثر حیض کا خون رکتا اور جراثیم کی ترقی کا باعث ہو کر "کلوروسس" نامی مرض کا سبب بنتا ہے۔ جو کہ شادی ہونے سے جاتی رہتی ہے (غالباً اسی لئے ہندوستان میں یہ بیماری کم ہے) اور عروق کے زیادہ ہونے کی حالت میں پھٹنے پر جریان خون کا باعث ہوتا ہے۔ اسی طرح پر "پریپیوس" (آلہ تناسل کے سامنے کا جلدی غلاف) بھی صفائی نہیں رو کاوٹ سے اکثر امراض کا باعث ہوتا ہے۔ حالانکہ فائدہ ان کا کچھ بھی نہیں۔ دیگر۔ اعضاء تناسل کی تکمیل سے پیشتر خواہش نفسانی کا پیدا ہونا اور اعضاء مخصوص کی کمزوری کے بعد تک قائم رہنا مختلف امراض کا باعث ہونے سے تمام مذاہب کو اپنی طرف خاص طور پر متوجہ کرنے کا باعث ہوا ہے۔ حیض کا جریان خون اور دردزہ بھی بجائے فائدے کے الٹا نقصان دیتا ہے۔

(۴) کنبے اور سماج کے متعلقہ عقلی نقص اس سے ظاہر ہے کہ وبرج کو خلاف فطرت عمل سے ضائع کیا جاتا ہے۔ حمل قرار

پلانے کو خاص ترکیبوں سے روکنا اور حمل کا ضائع کرنا عام طور پہ مشاہدہ میں آتا ہے۔ گو چند دیگر حیوان اس فعل پہ قادر نہ ہو سکنے کی وجہ سے بچوں کو مار ڈالتے ہیں۔ مگر انسانوں میں بھی شیر خوار بچوں خصوصاً لڑکیوں کا مار ڈالنا پایا جاتا ہے ÷ غالباً مختلف قوموں کی نسل کے برباد کرنے کا یہ بھی ایک باعث ہوا ہے ÷ چونکہ "ساماجک ہستی" ہونے سے انسان خاص "دھرم" رکھتا ہے۔ اس لئے صاحب اخلاق اور مقنن لوگوں کی توجہ کا اس پہلو میں محتاج ہوتا ہے ÷

(۵) حصولِ راحت میں بھی "ڈِس ہارمنی" عیاں ہے۔ کیونکہ نہ صرف دوسروں کے فیصلے پر ہی کسی کو آنند میں نہیں سمجھا جا سکتا۔ بلکہ اس کے اپنے انبھو پر بھی ایسا سمجھنا غلطی ہے۔ کیونکہ "جنرل پریلےسس" نامی بیماری میں بھی ایسا محسوس ہوتا ہے کہ "میں سب سے زیادہ طاقتور اور سکھی ہوں"۔ حالانکہ یہ مرض آتشک کا نتیجہ ہوتا ہے ÷ یہی حال انصاف کا ہے۔ جو کہ بے انصافی کی صورت میں نمایاں ہو کر سیاسی "انسٹنکٹ" کی "ڈس ہارمنی" کا مظہر ہوتا ہے ÷

(۶) زندگی سے محبت نہ صرف درختوں میں ہی پائی جاتی ہے۔ جو کہ کانٹوں والے۔ خراشدار رطوبت اور زہریلے ہونے سے اپنے تئیں محفوظ رکھتے ہیں۔ بلکہ حیوانات میں بھی سیپی ڈھال۔ تیز ناخن دانت۔ سینگ۔ بھاگنے کے اعضاء۔ بدبو یا سیاہی کی تھیلی وغیرہ کی بدولت نمایاں ہے۔ خواہ ارادی اظہار ہو یا بے ارادی۔ مگر موت کا یقینی ہونا نقص فطرت کا مسلمہ ثبوت ہے ÷ خلاف خواہش ہونے سے مرض و بوڑھاپا بھی اسی امر کے مظہر ہیں ÷

(۷) عقلی "ڈس ہارمنی"۔ اس سے ظاہر ہے۔ کہ انسان

نوجوانی کی حالت میں تو آدرش جیون کو نہ پانے سے سُکھ کی قیمت کم اور دُکھ کی زیادہ لگاتا یعنے "پیسی مسٹ" (ہر ایک شے کا تاریک پہلو دیکھنے والا) ہوتا ہے۔ لیکن جہاندیدہ بوڑھا بننے پر واقعات عالم سے مانوس ہونے کے باعث اس کے برخلاف رائے رکھتا یعنے "اوپٹی مسٹ" (روشن پہلو دیکھنے والا) بن جاتا ہے۔ جیسے کہ ایک بوڑھے فلاسفر نے بوقت نزع موت سے خوف کھا کر یہ مضمون لکھوایا تھا۔ کہ "مجھ میں فلاسفر پن نہیں ہے۔ جو کہ موت سے ڈرتا ہے۔ کیونکہ فلاسفر کی نگاہ میں تو یہ ہیچ ہے۔ بلکہ وہ بوڑھاپن ہے۔ جو کہ زندہ رہنے کا عادی ہونے سے مرنا نہیں چاہتا"۔

## قدرتی نقائص کا علاج

غرض ایسے ہی مختلف اقسام کے قدرتی نقائص کو دیکھ کر ان کی تصحیح کے لئے سب سے پہلے "مذہب" نے قدم اُٹھایا۔ اس کے بعد بتدریج "فلسفہ" اور "سائنس" میدان میں آگے بڑھے + فیصلہ ناظرین خود کرلیں۔ کہ ان میں سے کون کامیاب ہوا اور کون نہیں؟ ہم مختصراً ان کا طریق عمل ذیل میں درج کرتے ہیں:۔

## (۱) مذہب کا کام

چونکہ "معلوم سے نامعلوم کی طرف چلنا" شروع سے انسانی خیال کی بنیاد رہا ہے۔ اس لئے اپنی ذات (جو سب سے زیادہ معلوم تھی) کی طرح نہ صرف اس نے دیگر انسانی اور حیوانی صورتوں کو ہی صاحب عقل و ارادہ سمجھا۔ بلکہ بیجان اشیا کو بھی متحرک (پانی کا بہنا۔ شعلے کا تھرتھرانا وغیرہ) پاکر ویسا ہی خیال کیا۔ چنانچہ موت کے بعد جسم کی موجودگی کو عالم خواب کی طرح زندگی کی ایک دوسری صورت ہونے کا تصور

باندھا۔ اور اس کو اپنی خواہشِ بقا کا تسلی بخش علاج سمجھا + یہی وجہ ہے۔ کہ وحشی لوگ مُردے کے ساتھ تمام ضروریات زندگی کو دفن کرتے ہیں۔ حتےٰ کہ بعض صورتوں میں آقا کے ساتھ غلاموں کی اور خاوند کے ساتھ عورت کی بھی قربانی کی جاتی رہی ہے + (شرادھ یا پتروں کی پوجا کرنا موت کے بعد زندگی تسلیم کرنے کی دُوسری صورت ہے +) بقائے رُوح کے خیال کی اصلاح ہونے پر بجائے دفن کرنے کے اشیاء مذکورہ جلائی جانے لگیں۔ تاکہ لطیف ہو کر عالم بالا یعنے روحوں کے قیامگاہ تک بآسانی پہنچ جائیں + بہشت و دوزخ وغیرہ کا خیال اسی قلبی حالت کا اظہار ہے۔ جہانکہ باشندے دیوتا اور اُسر نیک و بد مُردے ہی ہیں۔ جو کہ مختلف قسم کی رحمتوں اور زحمتوں کا باعث خیال کئے گئے ہیں۔ اور ان سب کو خاص حدود کے اندر رہنے والا "خدا" مانا گیا۔ گویا یہ دیوتاؤں اور خدا کا خیال اور رُوح کی بقا (زبان یا موکش کی صورت میں) صرف شائقینِ زندگی کے لئے تسکین دینے اور موت کے خوف سے محفوظ رہنے کا پہلا علاج ہے + چنانچہ اکثر وحشی اقوام میں بہشت کے حاصل ہونے کا یقین موت کے خوف کو دبانے والا دیکھا بھی جاتا ہے۔ (جیسے سرحدی پٹھانوں کا مذہبی جہاد میں شہید ہونا) مگر چونکہ یہ وشواش عالمگیر نہیں ہو سکتا تھا۔ اس لئے اس کے ساتھ ہی تمام مذاہب میں "خواہش کی بیخکنی" ایک دوسرا جزو بھی شامل کیا گیا ہے + (یہ دوسری بات ہے، کہ "خواہش زندگی" پر بالعموم یہ بھی حاوی نہیں ہو سکا۔ کیونکہ موت کے بعد روح کی علیحدہ ہستی کے بقا کا کوئی ثبوت نہیں + باعث یہ کہ زندگی صرف خمیر کی طرح کئی قسم کے کیمیائی مرکبات کو توڑنے اور جوڑنے والے مختلف

"فرمنٹ"[1] نامی اشیاء کے سلسلۂ عمل کے مجموعہ کا نام ہے + دماغ اور نخاع کا فعل جسم کی حالت پر مبنی ہے - خون کے اوصاف میں فرق آنے یا دباؤ کے کم ہونے سے ہوش و حواس میں فرق آجاتا ہے - کلوروفارم وغیرہ کے ذریعہ پہلے دماغی فعل بند کرنا ممکن ہے - بعدہٗ دل اور پھیپھڑے کا فعل بھی بند کیا جاسکتا ہے - حالانکہ عضلات اس شے کے بعد بھی زندہ رہ سکتے ہیں - خون کے سفید دانے اور ویریہ کے کیڑے اپنی حس و حرکت علیحدہ رکھتے ہیں - وغیرہ وغیرہ +

علاوہ ازیں مذاہب نے خوراک اور خواہشات نفسانی کے متعلق بھی خاص ہدایات جاری کی ہیں - مثلاً خون نہ کھاؤ - شراب نہ پیئو - وغیرہ + اور مجرد رہو - یا اپنی عورت کے سوا دوسری طرف مت دیکھو + اخلاقی ہدایات علیحدہ اس کا ایک جُزو ہیں + چونکہ امراض کا علاج بھی اس نے اپنے ہاتھ میں لیا ہے - اس لئے ادویات کے علاوہ جنتر منتر - گنڈا تعویذ - قربانی اور جپ تپ وغیرہ بھی تجویز کئے گئے ہیں + چونکہ "بقاء روح" کے عدم ثبوت کی طرح دیگر امور بھی اپنے اپنے مقاصد کی تکمیل میں ناکامیاب رہے - اس لئے علمی یعنے تجربے کی ترقی کے ساتھ اہل غور نے "فلاسفی" کی بُنیاد رکھی + گویا الہام کا راج ختم ہُوا - اور عقل نے تخت سنبھالا +

---

[1] اگرچہ زندگی کا طبعی مظہر "پروٹوپلازم" نامی کیمیائی مرکب ہے لیکن چونکہ اس کا عمل بھی خاص قسم کے "فرمنٹ" پر مبنی ہے - اس لئے انسانی زندگی کو بھی "ملٹا کیلین و دیپ سین" وغیرہ مختلف "فرمنٹس" کے سلسلۂ عمل کا ہی مجموعہ کہا گیا ہے + چنانچہ اسی اصول کے سمجھنے پر نہ صرف مدامی جوانی قائم رکھنے کی ہی اُمید کی جاتی ہے - بلکہ بڑھاپے کو بھی جوانی کی صورت میں بدل لینا ممکن خیال کیا جاتا ہے +

**(۲) فلاسفی کا کام** (۱) الہام کے وشواس کو نظر انداز کر کے دلیل کی شکتی سے روح کی بقا کو ثابت کرتے ہوئے آواگون کو تسلیم کرانا جیسے افلاطون کے الفاظ میں اس کی اپنی یا اس کے اُستاد سقراط کی رائے ہے۔ کہ جس طرح موجودہ زندگی نے مردہ سے ظہور پایا ہے۔ ویسے ہی موت کے بعد پھر زندگی نمودار ہوگی + (۲) رُوح کا ایک حصہ فانی اور دوسرا باقی کہنا جیسے ارسطو کی تعلیم ہے + (۳) جیسے حمل سے نکل کر اس دنیا میں پیدائیش ہوئی ہے۔ ویسے ہی جسم سے نکلنے پر دوسری دنیا میں پیدائیش ہوگی۔ (۴) جیسے کمزوری سے طاقت۔ سُستی سے چُستی یا نیند سے بیداری نمودار ہوتی ہے۔ ویسے ہی موت کے بعد زندگی رونما ہوگی + (۵) جیسے بچپن جوانی اور بڑھاپا دانتوں یا داڑھی وغیرہ کے ظہور اور بالوں کی سفیدی کی صورت میں اپنے اپنے وقت پر آتا ہے۔ ویسے ہی موت بھی ایک قدرتی تبادلہ ہے۔ جس میں تکلیف نہیں ہوگی + (۶) موت کے بعد زندگی کے برخلاف صرف دو ہی حالات ہو سکتے ہیں۔ یا تو احساس بالکل نہ رہیگا۔ یا اس کی صورت بدل جاویگی + سو دونو صورتوں میں فکر کی گنجائیش نہیں + (۷) فناء جسم کے بعد روح عالمگیر طاقت میں جذب ہو جائیگی + (۸) چونکہ موجودہ دنیا کا نظارہ سراب کی طرح نمود بے بود ہے۔ اس لئے موت ایک قسم کا وہم ہے۔ اور حقیقی ذات اپنے بقاء دوامی میں مگن ہے + (۹) یہ دنیا بالکل تکلیفوں کا گھر ہے۔ اس لئے یہاں نہ رہنا ہی اچھا ہے + (۱۰) بعض نے موت اور بقاء روح کے مسلے کو عقل انسانی سے بالاتر قرار دیکر اس کی طرف توجہ دینا ہی فضول قرار دیا + علےٰ ہذا القیاس اور بہت سی خیالی باتیں پیش کی گئیں

ہیں۔ جن کو بخوف طوالت نظر انداز کیا جاتا ہے + غرض سبب سے یہ ہے۔ کہ کسی طرح قدرتی جھمیلے (ضدین کا گورکھ دھندا) میں پھنسے ہوئے انسان کے دل کو اطمینان حاصل ہو۔

اگرچہ فلاسفی کی بنیاد تو مذہبی مضامین کی سچائی ثابت کرنے کے لئے رکھی گئی تھی۔ لیکن اس سے نشو ونما پانے پر مذہبی "یقین" کی جگہ عقلی "شکوک" نے لے لی۔ جو کہ مذہب سے فلسفے کا فرق ہے۔ مذکورہ بالا تمام دلائل سے ظاہر ہے۔ کہ فلسفہ نے دراصل یہ ذہن نشین کرانے کی کوشش کی۔ کہ چونکہ موت میں کوئی تکلیف نہیں۔ اِس لئے اس نہ ٹلنے والی تبدیلی کے لئے خوشی سے تیار رہنا چاہئے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ فلاسفی کو موت کے لئے تیار کرنے والے علم کے نام سے موسوم کیا گیا ہے + گویا پیدائش اور موت ایک خط کے دوسرے ہیں۔ جو عدم سے پیدائش مانتے ہیں۔ ان کے لئے تو موت معدوم ہونا ہے۔ لیکن جو اس کے برخلاف یقین رکھتے ہیں۔ ان کے لئے دائمی زندگی ہے۔ کیونکہ ہوش کا زائل ہونا روح کا معدوم ہونا نہیں کہا جا سکتا + ہوش جو دماغ کا فعل ہے۔ وہ تو موت کے بعد ناش ہو جاتا ہے۔ مگر ہوش جس کا مظہر ہے۔ وہ حقیقی جوہر یعنے ارادہ لافانی ہے۔ جس کو ہم پورے طور پر نہیں جان سکتے۔ کیونکہ اپنے ہوش کی حدود سے باہر نہیں جا سکتے + بعض کا یہ خیال ہے۔ کہ شخصی روح تو فانی ہے۔ لیکن نوع یعنے جنس باقی ہے۔ لیکن چونکہ اس پر بھی وہی اعتراض ہو سکتے ہیں۔ جو کہ شخصی روح کے باقی تسلیم کرنے پر ہوتے ہیں۔ اس لئے خلاصہ مختصر یہ ہے۔ کہ زندگی کی خواہش کا مٹانا مقصدِ فلاسفی ہے + برخلاف اس کے جو لوگ زندگی

کا مقصد "حصولِ راحت" خیال کرتے ہیں۔ ان کی تردید یوں
کی جاتی ہے۔ کہ (۱) اس دُنیا میں تو راحت اس لئے نہیں۔
کہ تمام پدارتھ تغیر پذیر یعنے فانی ہونے سے اعتدال کی حالت
پر قائم نہیں رہتے۔ اور افراط و تفریط کی حالت میں دُکھدائی
ہوتے ہیں۔ اس لئے بجائے شانتی کے انتشار قلبی کا ہی
باعث ہوتے ہیں + (۲) موت کے بعد اس لئے نہیں۔ کہ جب
"بقاء روح" کا ہی یقینی ثبوت نہیں ملتا۔ تو "حصول راحت"
کا خیال کیسے رہ سکتا ہے؟ (۳) اور جن لوگوں کا یہ دعوے
ہے۔ کہ نوع انسانی کے کمال پانے پر ایسا زمانہ آئیگا۔ جبکہ
دُنیا میں ہر ایک متنفس سورگ کا جیون وتیت کریگا"۔ ان
کو معلوم رہے۔ کہ چونکہ موجودہ زمانے میں سب سے خوش وحشی
اقوام اور بے علم لوگ ہیں۔ اس لئے تعلیم کی ترقی یا سائنس
سچی خوشی کو کچھ نہیں بڑھاتی۔ کیونکہ اس سے نہ صرف انسانی
ضروریات ہی بڑھتی جاتی ہیں۔ بلکہ نظام عصبی کی تیزی سے
انسان ذکی الحس بھی حد درجے کا ہو رہا ہے۔ جس سے
خوشیوں کا وہم دور ہو کر دنیاوی اشیاء کی حقیقت کھلتی اور
تکلیف بڑھتی ہے + یہی وجہ ہے۔ کہ مہرشی کپل نے
تمام تکالیف سے آزاد ہونا ہی انسان کا مقصد اعلےٰ قرار
دیا ہے + زندگی کی خواہش کا زوروں پر ہونا اور اس کا
لُطف اٹھانا صرف اس لئے ضروری ہے۔ کہ موت کی خوبیوں
کو پورے طور پر انبھو کر سکیں۔ گویا تمام تکالیف کو دُور کرنے
کا کارن ہونے سے موت ہی از حد راحت بخش شے ہے +
اگرچہ قدرت کی خوبصورتی دیکھ کر انسان زندہ رہنا چاہتا ہے۔
لیکن سائینس کی ترقی کے ساتھ ساتھ جو "خودکشی" ترقی کر رہی
ہے۔ وہ اس امر کا واضح ثبوت ہے۔ کہ "اوپٹی مزم" اگر طبعی

کہا جائے۔ تو "پیسی مزم" نتیجہ علم ہے۔ ورنہ جو لوگ "درد" کا ہونا زندگی کے لئے مفید بتلاتے ہیں۔ وہ دردِ زہ کا فائدہ اور گردے کے سرطان وغیرہ میں درد نہ ہونے کے معنے بیان کریں ۔

بعض فلاسفر کہتے ہیں۔ کہ سرو یا ایک ذات سے اپنے تئیں الجھید ماننا چاہئے۔ جو کہ لاثانی ہے۔ نہ کہ جسم سے جو کہ فانی ہے ۔ گویا جسمانی خودی کا دور کرنا موت کے خوف سے محفوظ ہونے کا طریقہ ہے۔ مطلب اس سے یہ ہے۔ کہ بقاء روح کی گنجایش نہ دیکھ کر اگرچہ ایک عالمگیر طاقت کو منبع و مخزنِ روحانی ظاہر کیا ہے۔ لیکن عوام الناس کو فنا کے خوف سے تسلی دلانے والا نہ سمجھ کر اس کے ساتھ ہی ہر ایک محقق نے "تیاگ" پر بھی خاص زور دیا ہے۔ جس کو دوسرے الفاظ میں یوں کہہ سکتے ہیں۔ کہ گیان کے ادھکاری نہ پاکر عوام کو نشکام کرم کرنے کے فوائد بتلائے ہیں ۔ لیکن خاطر خواہ کامیابی چونکہ دونو صورتوں کو نہ ہوئی۔ اس لئے آخرکار "سائنس" کو پیشرو ہونا پڑا۔ جو کہ انسانی علم کی سب سے چھوٹی لڑکی ہے ۔

## (۳) "سائنس" کا کام

معمہ دنیا کے حل کرنے میں مذہبی احکام اور عقلی قیاسات کو ناقابل پاکر "بیکن صاحب" نے واقعات کے مشاہدے سے آہستہ آہستہ نتائج نکالنے پر توجہ دلائی۔ کیونکہ صرف ایسے ہی نتائج قوانین قدرت سے اختلاف نہیں کر سکتے ۔ چنانچہ بدھ نے جو صحت کو شراب اور مرض کو برحق سمجھا تھا۔ سب سے پہلے سائنس نے اسی کو ہاتھ میں لیا۔ اور وہ امراض جن کو دیوتاؤں یا خدا کا قہر سمجھا جاتا تھا۔ معمولی جراثیم کا نتیجہ ثابت ہوئیں۔ جن سے بشرط دانائی ہر شخص آسانی

محفوظ رہ سکتا ہے * گویا دفعیۂ امراض کے لئے نہ تو عبادت اور ریاضت کی ضرورت رہی - اور نہ ہی تعویذ و قربانی کی - بلکہ صرف سیرم یا ویکسین کے طریق علاج کی * نیز ان سے محفوظ رہنے کے لئے بجائے مذہبی طریقۂ صفائی کے "میڈیسن اور بیکٹیریالوجی" کے نقطۂ نگاہ سے صفائی رکھنی ضروری ثابت ہوئی * بالفاظ دیگر یوں کہا جا سکتا ہے - کہ متعدی امراض سے بچنے کے لئے بجائے حکمی ادویات تلاش کرنے کے "قوانین صحت" (بگمیان مولک) کی پیروی کرنے کی ضرورت ہے - جن کی طرف سے لاپرواہی کر کے ایسے امراض کو پھیلنے کا موقع دینا ہی صرف عوام کی حماقت کا مظہر ہوگا[1] *

(۲) دوسرا سوال تھا "بوڑھاپے کا لازمی اور دکھدائی ہونا" - اس کے جواب میں سائنس کہتی ہے - کہ یہ قابل نفرت بوڑھاپا دراصل "پیتھالوجیکل" ہے - نہ کہ "فزیولاجیکل" - یعنے بیماری کا مظہر ہے نہ کہ صحت کا - کیونکہ پیری کی موجودہ علامات کا باعث اعلےٰ اور ادنےٰ ساختوں کا مقابلہ اور ان میں سے ادنےٰ کی فتح ہے - جو کہ "میکروفیگس" کی بدولت "کنکٹو ٹشو" کی زیادتی کی صورت میں نمایاں ہوتی ہے * اگرچہ اس قسم کے بوڑھاپے کو قدرتی یا معمولی سمجھا جاتا ہے - لیکن دراصل یہ ویسے ہی خلاف قدرت حالت ہے - جیسے کہ دردزہ جس سے صرف چند مستورات ہی بچتی ہیں * چونکہ

---

[1] چونکہ سرطان وغیرہ کے متعلق ناکامیاب رہنے سے سائنس شرمندہ ہے - نیز انسانی اخلاق اور اس کے آغاز و انجام کے مسائل پر کچھ روشنی نہیں ڈالتی * اور اس سے روشنی پائی ہوئی عقل زندہ رہنے کا مقصد بیان کرنے سے قاصر ہونے کی وجہ سے خودکشی کا راستہ دکھاتی ہے - اس لئے مذہب اپنے "وشواس" کی فضیلت کا دعویدار ہونے کا مستحق ہے - جس کی بدولت کہ انسان زندہ رہ سکتا ہے *

بیرونی حالات کے تبادلے سے "سیلز" کی خاصیت بآسانی بدلی جاسکتی ہے۔ اس لئے "بیری" کے جنگ میں اعلےٰ "سیلز"

۱۸ "نیوٹو کانسیپشنز ان سائنس" نامی کتاب (مطبوعہ سنہ ۱۹۰۴ء) کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ نہ صرف حرکاتِ قلبی وعضلات یا نشوونماء اعضاء کا ہی بلکہ تشکل وصورت اور عقل حیوانی کا بھی انحصار انہی بیرونی شکتیوں پہ ہے جو کہ عالم طبعی میں ہر روز ہمارے مشاہدہ میں آتی ہیں۔ مثلاً:-

(۱) حرارت جس طرح برف کو پگھلا کر خاص قسم کی صورتیں دیتی ہے۔ ویسے ہی بیج اور انڈے کے پرمانوؤں میں حرکت پیدا کر کے ان کو درخت اور مرغ کی شکل میں لاتی ہے۔ نیز جس طرح عالم بہار کا باعث ہو کر درختوں کو سرسبز کرتی ہے۔ ویسے ہی ریچھ وغیرہ حیوانات میں نئی زندگی داخل کرتی اور ان کی حرکات کا باعث ہوتی ہے +

(۲) روشنی جس طرح فوٹوگرافی یعنے تصویر کے شیشے پہ اثر انداز ہوتی ہے ویسے ہی درخت کی شاخوں اور پھول کی پتیوں یا پروانہ وغیرہ جانوروں پر کشش کا عمل کرتی ہے + چونکہ حرارت اس کے برخلاف پروانے پر پرے دھکیلنے کا کام کرتی ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ وہ اکثر شمع کے گرد ویسے ہی گھومتا دیکھا جاتا ہے۔ جیسے کہ سورج کے گرد سیاروں کی گردش ہوتی ہے +

(۳) بُو:- مکھی کا چربی کو چھوڑ کر گوشت پہ انڈے دینا اگرچہ بظاہر اس کی دانائی پر دلالت کرتا ہے۔ لیکن دراصل گوشت سے خاص ایسے مادوں کی بُو ہی اُڑ کر اس عمل کے لئے اس کے اعصاب میں تحریک پیدا کرتی ہے۔ جو کہ چربی میں نہیں ہوتے۔ کیونکہ اگر وہی بُو دار مادے چربی پر لگا دئے جائیں تو وہ اسی پر انڈے دیدیتی ہے + مطلب یہ کہ یہ ایک قسم کا کیمیائی اثر کا جوابی عمل ہے۔ جیسا کہ بھوکی تیتری پر روشنی اثر انداز ہو کر اس کے جسم میں ایسی کیمیائی تبدیلی پیدا کر دیتی ہے۔ کہ وہ ادھر اُدھر حرکت کرنے لگ جاتی ہے۔ تاوقتیکہ اپنی خوراک پر پہنچ کر شکم پُری سے تسکین پائے +

(۴) مَس (قوت لامسہ کا عمل):- "سٹار فش" نامی مچھلی کو اگر پانی میں پُشت کے بل اُلٹا دیا جائے۔ تو وہ فوراً سیدھی ہو جاتی ہے۔ جس سے اس کے سمجھدار ہونے کا گمان گزرتا ہے۔ لیکن اگر اس کے بازوؤں پہ کارک کے ٹکڑے چسپاں کر دئے جائیں۔ تو وہ چکر کی طرح گھومنے لگ جاتی ہے۔ گویا یہ نہیں جان سکتی۔ کہ اوپر کو کون سی طرف رکھوں + اور اگر اس کے پاؤں کو لکڑی یا پتھر سے لگا دیا جائے۔ تو خواہ الٹی ہو یا سیدھی۔ وہ اپنی تئیں

کو طاقت دینا اور ادنےٰ کو کمزور کرنا ہی باعث کامیابی ہو سکتا ہے۔ جیسے دروزہ کو کلورافارم وغیرہ سے کم کیا جاتا ہے :۔ جس

(بقیہ حاشیہ صفحہ (۲۱۰) تسلی بخش حالت میں ظاہر کرتی ہے :۔ دیگر۔ ٹُاپیے ٹُولیریاؔ نامی ایک آبی درخت ایسا بیان کیا گیا ہے۔ کہ اگر اس کو پانی سے نکال کر کسی ٹھوس شے سے لگا دیا جائے۔ تو پہلے اس کی کنپلیں شاخوں میں گھس جاتی ہیں۔ پھر شاخیں تنے میں اور تنا جڑوں میں چھپ جاتا ہے۔ آخیر میں جڑیں ویسے ہی بیج میں گھس جاتی ہیں۔ جیسے کہ ظہور پذیر ہوئی تھیں۔ گویا صرف غیر جنس کے مس کی بدولت درخت تخم کی شکل اختیار کر لیتا ہے + اگر اس تخم کو پھر پانی میں رکھ دیں۔ تو پھر ویسے ہی درخت کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ بلکہ کمہار کی مٹی کی طرح سے جس طرح پر اس کو روشنی وغیرہ دیگر طاقتوں کے زیر اثر رکھا جائیگا۔ ویسی ہی صورت میں وہ نمو پذیر ہوگا +

(۵) ضرب :۔ ہائیڈرا نامی جانور کے بدن پر اگر کہیں شگاف دیا جاوے تو وہیں مُنہ بن جاتا ہے۔ اور شاخیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ جو کہ غذا کو پکڑ کر مُنہ میں ڈالتی ہیں۔ لیکن اگر شگاف اتنا کافی نہ ہو۔ کہ مُنہ بنا سکے۔ تو صرف شاخیں ہی نکل آتی ہیں + اگر وہ شاخیں قدرتی مُنہ کے اس قدر نزدیک ہوں۔ کہ ایکبارگی خوراک کو چھو سکیں۔ تو وہ اصلی شاخوں سے مصروف بہ جنگ ہو کر غذا کو اپنے چھپانے کی کوشش کرتی ہیں۔ گویا کسی غیر سے مقابلہ درپیش ہے بلکہ اکثر ایسے موقع پر قدرتی شاخوں سے مصنوعی شاخیں خوراک چھین بھی لیتی ہیں۔ لیکن چونکہ ان کا اپنا مُنہ بند ہوتا ہے۔ اس لئے نہ کھا سکنے سے بیچارا جانور بے اختیاری "خودکشی" سے ہلاک ہو جاتا ہے :۔

(۶) کیمیائی یا برقی اثر :۔ مینڈک کے دل کو نکال کر اگر خاص مقدار کے نمکین عرق میں رکھا جائے۔ تو وہ گھنٹوں ویسے ہی حرکت کرتا رہتا ہے۔ جیسے کہ زندہ جسم میں :۔ ایسے ہی اسکی ٹانگ کے عُضلے کو اگر اس عرق میں رکھ دیں۔ تو وہ بھی دل کی طرح وقفے سے حرکات کی مظہر ہوتی ہے + اور اگر ٹانگ کے عُضلے کے ساتھ قدرے لمبا عصب کاٹ کر اُس کے سرے کو عرق مذکورہ میں ڈبو دیں۔ تو بھی اس عضلے میں ویسی ہی حرکات ہونے لگ جاتی ہیں۔ جیسی کہ خود عضلۂ مذکورہ کو عرق میں ڈالنے سے ہوتی ہیں۔ اس لئے نتیجہ یہ نکالا گیا ہے۔ کہ جس طرح منفی بجلی کی لہروں سے عضلات و اعصاب میں حرکت آتی ہے۔ ویسے ہی ہوش و حواس بھی اسی طاقت کے مظہرات ہیں۔ بالفاظ دیگر قوت زندگی اور بجلی ایک ہی حقیقت کی دو صورتیں

طرح آتشک اور شرا بخوری سے شریانی در سکلے روسس گ‌ہا پیدا ہوکر بوڑھاپا ایک طرح سے نزدیک آجاتا ہے۔ ویسے ہی بڑی آنتوں میں جراثیم کی بدولت پیدا شدہ زہروں کے جذب ہونے سے موجودہ بوڑھاپے کی علامات ثابت ہوتی ہیں۔ جو کہ دراصل ایک قسم کی "آرگینک ڈس ہارمنی" ہے۔ چونکہ

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۱) ہیں۔ اور زندگی کی خوبیوں کا انحصار خوراک یا گردونواح کے حالات کی برقی صفت پر ہے۔ چنانچہ اسی اصول پر ایک ادنےٰ درجہ کے سمندری جانور کے انڈوں کو (جو کہ معمولی حالات میں رہنے پر سڑ جاتے ہیں) خاص قسم کے نمکین عرق میں رکھ کر سڑاند سے بچایا گیا ہے۔ اور ایسی حالت میں (جبکہ وہ قدرتی طور پر رہنے سے نشو و نما پاتے) دوسری قسم کے عرق میں رکھ کر ان کی نشو و نما کو روکا گیا ہے۔ نیز خاص قسم کے عرق کی بدولت مصنوعی طور پر یعنے مادہ تذکیر ملنے کے بغیر مادہ تانیث کو حاملہ کی طرح نشو و نما کیا گیا ہے۔ بالفاظ دیگر "زندگی" پیدا کی گئی ہے۔ چونکہ جسم انسان پر زہروں کا بھی اثر ان کے برقی اوصاف کے بموجب ہی خیال کیا گیا ہے۔ اس لئے علمی ترقی ہونے پر نہ صرف مختلف قسم کی زہروں سے ہی انسان کا بچا لینا ممکن ہوگا۔ بلکہ جوانی کو قائم رکھنا یا بد کیمیا "ٹو ئیریا" کی طرح عمل انعکاس کی بدولت بوڑھاپے سے جوانی اور جوانی سے بچپن واپس لانا بھی ممکن ہوگا۔

علاوہ ازیں تمام مظہرات زندگی جن "فرمنٹس" کے سلسلۂ عمل کا نتیجہ ہیں۔ وہ بھی بلحاظ اپنے کیمیائی اثر کے دو اقسام پر منقسم ہیں (۱) تفریدی فرمنٹ:- جو مرکبات کے اجزا کو توڑتے ہیں (۲) ترکیبی فرمنٹ:- جو مختلف عناصر کو جوڑتے ہیں۔ اور خاص ایسے "فرمنٹ" مشاہدہ میں بھی آتے ہیں۔ جو کہ نہ صرف ایک دوسرے کے اثر کو روک ہی دیتے ہیں۔ بلکہ ایک دوسرے کے برخلاف اثر بھی پیدا کرتے ہیں۔ مثلاً "مالٹ" نامی فرمنٹ جو نشاستہ "ڈیکسٹرین" وغیرہ کو "گلوکوز" نامی شکر میں تبدیل کر دیتا ہے خاص حد تک پہنچ کر اپنے کام سے رک جاتا ہے۔ تاوقتیکہ پیدا شدہ شکر کو علیحدہ نہ کر لیا جائے۔ ایسی صورت میں اگرچہ اس میں نشاستہ ڈالنے سے وہی عمل جاری ہو جاتا ہے۔ لیکن اگر اسکی بجائے شکر ڈال دی جائے۔ تو وہ الٹا کیمیائی عمل (تفرید کی جگہ ترکیب) یعنے گلوکوز سے نشاستہ بنانا شروع کر دیتا ہے۔ ایسے ہی ایک اور "فرمنٹ" سے مغز بادام

فی الحال ان کا "اوپریشن" سے نکلوانا اتنا ہی مشکل ہے۔ جتنا
کہ قدرتی طور پر ان کے معدوم ہونے کا انتظار کرنا۔ اس لئے
اس سے بچنے کا یہ علاج ہو سکتا ہے۔ کہ "چونکہ سڑاند پیدا

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۱۲) کو شکر اور ہائیڈرو سیانک ایسڈ وغیرہ میں اجزا پذیر
کیا جا سکتا ہے۔ لیکن اگر ان اجزا کو "مالٹ" کے زیر اثر لایا جاوے۔ تو وہ
ان مفردات کو پھر اسی مرکب میں تبدیل کر دیتا ہے ؛ یہی معاملہ جسم انسان
میں بھی دیکھا جاتا ہے۔ جہانکہ نہ صرف آتشک وغیرہ امراض یا خاص
زہروں اور روشنی و ہوا کی کمی کی بدولت جسمانی اور دماغی نشو و نما ہی رک جاتی
ہے (جیسا کہ اکثر لنگڑے لولے اشخاص یا شاہ دولہ کے چوہوں کی صورت
میں دیکھا جاتا ہے) بلکہ خاص حالات میں زندہ عضلاتی مادہ چربی یا کنکٹو ٹشو
وغیرہ نسبتاً مُردہ مادے کی بھی صورت اختیار کر لیتا ہے ؛ بدیں وجوہات صاف
ظاہر ہے۔ کہ جسم میں تغیرات پیدا کرنے والے "فرمنٹس" پر اگر اثر ڈالا
جا سکے۔ تو نہ صرف جوانی کا ہمیشہ کے لئے قائم رکھنا اور موت و بوڑھاپے
کی آمد کا روکنا ہی ممکن ہو سکتا ہے۔ بلکہ بوڑھاپے سے جوانی اور جوانی سے
بچپن بھی واپس لایا جا سکتا ہے ؛

### "فرمنٹ" کیا شے ہے؟

گو "فرمنٹ" دراصل پانی ہوا اور کاربن کے
ہی ابتدائی عناصر کی کیمیائی ترکیب کا نتیجہ
ہیں۔ لیکن کاربن کے مظہرات کوئلے اور
ہیرے کی طرح معمولی مرکبات سے ان کا طریقۂ تعمیر اتنا مختلف ہے۔ کہ
"آرگینک کیمسٹری" کے ماہر اشخاص کے لئے بھی ان کا تیار کرنا سخت مشکل
ہو رہا ہے۔ تاہم چونکہ چند "فرمنٹ" تیار ہو گئے ہیں۔ اس لئے اُمید پڑتی
ہے۔ کہ اگر سائنس کی ترقی اسی رفتار سے جاری رہی۔ تو سو پچاس سال تک
شاید نوع انسان علم کی اس برکت سے مستفیض ہو سکیگی + انسانی ساخت
(جس میں کہ قدرتی طور پر یہ "فرمنٹ" ظہور پذیر ہوتے ہیں) کی پیچیدگی کا
اندازہ اس سے ہو سکتا ہے۔ کہ جس "جرم سیل" سے اس کا ظہور ہوتا
ہے۔ وہ جگر کے "سیل" سے (جس میں چوسٹھ ارب ایسے زندہ "مالیکیولز"
پائے جاتے ہیں۔ جن میں سے ہر ایک تقریباً پانچ ہزار پر مانوؤں (ایٹم) سے
بنتا ہے) ستائیس ہزار گونہ بڑا ہوتا ہے ؛

### "مالیکیولز" کی حقیقت

اشیاء عالم کی ترکیب میں آنے والے چھوٹے
سے چھوٹے مفردات کو "مالیکیول" کا

کرنے والے جراثیم کھاری رطوبت میں ہی پرورش پا سکتے ہیں۔ اور لیکٹک ایسڈ پیدا کرنے والے جراثیم کی موجودگی ان کے لئے مہلک ہوتی ہے۔ اس لئے خوراک میں بجائے گوشت کے جو کہ نسبتاً جلد سڑتا ہے۔ دہی اور سبزیات کا استعمال کیا جاوے۔ جن میں خاص قسم کے "ایسڈ" ہوتے ہیں۔ گویا بجائے موجودہ زمانے کے نئے نئے نمونوں کے پرانے زمانے کے سادہ کھانے کی طرف متوجہ ہونا چاہیئے۔ جو کہ نظام جسمانی سے ہم آہنگی رکھتے ہیں؟ دیگر ضروری ہدایات پہلے بیان کی جاچکی ہیں +

(۳) تیسرا خوفناک انجام ہے "موت"۔ جس کو دیکھ کر بعض کہتے ہیں۔ کہ بڑھاپا نہ آنے سے خواہ کتنی بھی عمر ہو جائے۔

---

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۱۳) نام دیا گیا ہے۔ جن کے تقسیم پذیر ہونے پر اشیاء کی طبعی حالت نہیں رہتی۔ بلکہ کیمیائی مفردات (اٹیم = پرمانو) ظہور پکڑتے ہیں + صابون کے بلبلے کی دیوار۔ پانی پر تیل کی تہ اور سونے کے باریک سے باریک ورق کی موٹائی جانچنے سے "مالیکیول" کے قد کا اندازہ تقریباً $\frac{1}{۵۰}$ مائیکرو مائیکران یعنے $\frac{۱}{۵۰۰۰۰۰۰۰۰}$ انچ کیا گیا ہے + چونکہ یہ کم از کم دو اور زیادہ سے زیادہ ہزاروں پرمانوؤں سے مل کر بنتے ہیں۔ نیز خاص خاص صورتوں میں ہی دوسروں سے ترکیب پاتے ہیں۔ اس لئے ان کی شکل مختلف بازوؤں والی تسلیم کی گئی ہے۔ جو کہ مقناطیسی یا برقی طاقت کی بدولت کیمیائی کشش کے مظہر ہوتے ہیں + نیز چونکہ روشنی اور حرارت بھی انہی کی حرکات سے ایتھر میں لہریں پیدا ہونے کا نتیجہ قیاس کی گئی ہے۔ اس لئے جس طرح ربڑ کی گیند کو پانی کے اندر دبا کر چھوڑنے سے لہر پیدا ہوتی ہے۔ ویسے ہی ان میں لمبے اور چپٹے ہونے کے اوصاف مانے جاتے ہیں + ان کی بیحد طاقت کا قیاس یوں کیا جاسکتا ہے۔ کہ باوجودیکہ ان کا اپنا قد صرف $\frac{1}{۵۰}$ مائیکرو مائیکران ہے۔ لیکن نہ صرف بلحاظ تعداد کے ہی ۵۰۰ سے ۷۰۰ نیل تک فی سکنڈ حرکتیں کرتے ہیں (جن کو کہ ہماری قوت باصرہ محسوس کر سکتی ہے) بلکہ بلحاظ لمبائی کے بھی ۵۰۰ سے

تاہم جب آخر مرنا ہی ہے۔ تو تیس برس کا مرا تو کیا؟ اور سو برس کا مرا تو کیا؟ گویا لمبی عمر کا کیا فائدہ ہے۔ لیکن ان کو یہ معلوم نہیں کہ عمر کے مختلف حصوں میں انسان کے دماغی قوا مختلف طور پر استدلال کرتے ہیں۔ چنانچہ جہاں نوجوان اشخاص حقیقی معراج کے خیال میں مست ہونے سے دُنیا کے موجودہ حالات سے غیر مطمئن ہوتے ہیں۔ وہاں جہاندیدہ اصحاب اشیاء کی اصلی قیمت جاننے کی وجہ سے باآسانی تسلی پا لیتے ہیں۔ اس لئے عمر کی تبدیلی کے ساتھ محسوساتِ دُنیا میں بھی تبدیلی آ جاتی ہے۔ نیز دماغی کمزوری اور جسمانی بیماریوں کی وجہ سے اگر موجودہ بوڑھے کُنبے کا بوجھ ثابت ہوتے ہیں۔ تو ان کی جگہ تندرست بوڑھے اپنے تجربے کی زیادتی سے سماج کے ایک بہترین کار آمد رکن ثابت ہو سکتے ہیں۔ دیگر امر یہ ہے۔ کہ گو موت کو زندگی کا قدرتی جوڑا سمجھا جاتا ہے۔ لیکن نئی تحقیقات نے ثابت کیا ہے۔ کہ نہ صرف ایک "سیل" کے جانور ہی اس کی حد سے باہر ہیں۔ بلکہ نسبتاً اعلےٰ درجہ کی زندگی والے بھی چند جاندار (مثلاً "پالیپ" اور "اینی ملڈ ورمز" وغیرہ) "قدرتی موت" سے آزاد رہتے ہیں۔ جس سے پایا جاتا ہے کہ موت انسان کو موروثی تو نہیں ملی۔ البتہ بیرونی آفات سے اتفاقیہ یا حادثے کے طور پر آتی ہے۔ اس لئے یہ اُمید کرنا خلاف قدرت نہیں کہا جا سکتا۔ کہ علمی ترقی سے انسان کا جسمانی صورت میں "امر" ہونا ممکن ہوگا۔ علاوہ ازیں دیگر اعضاء کے لئے اگر موت ہو بھی۔ تاہم بالخصوص "سپرمیٹوزا" اور "اوم" (مادۂ تذکیر و تانیث) یعنے از سرِ نو پیدائش کرنے والے "سیلز" کے لئے تو ایک

---

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۱۴) ۸۰۰ مائیکرو مائیکران (جو کہ روشنی کی لہروں کا طول ہے) اور ۰۰۰۰ ۷ مائیکرو مائیکران (جو کہ حرارت کی لہروں کا طول ہے) تک لہریں پیدا کر کے اپنی حیرت انگیز طاقت کا ثبوت بہم پہنچاتے ہیں +

"سیل" کے اجسام کی طرح امر ہونا قدرتی ہے۔ گویا سائنس ہمارے
اندر ایسی شے کی ہستی کا ثبوت دیتی ہے۔ جو نہ صرف امر ہی ہے
بلکہ اپنی ہمجنس سے دوڑ کر وصال پانے کی وجہ سے مانسک شکتی
رکھنے کی بھی مظہر ہے (کیونکہ "اودم" سے خاص مادے کی بو
"سپرمیٹوزوا" کو اپنی طرف ویسے ہی کشش کرتی ہے۔ جیسے
مقناطیس لوہے کو۔ اصلاحاً یہ عمل "کیموٹیکسس" کہلاتا ہے۔)
جیسے "انفیوسوریا" نامی "پروٹوزوا" کے غذا کی تلاش اور دشمن
سے بچاؤ کرنے اور ہمجنس سے وصال پانے یا شکار مارنے سے
ظاہر ہوتی ہے۔ چونکہ ان کا جسم لامحدود حصوں تک تقسیم
ہو سکتا ہے۔ اس لئے ان کی روح بھی فانی نہیں کہی جا سکتی +
اگرچہ ہماری "قوت آگاہی" والی روح فانی ہے۔ لیکن ایک
روح باقی بھی ہے۔ جو کہ موجودہ حالت میں بھی ہماری "آگاہی"
سے باہر رہتی ہے۔ جس پر کہ طبعی طاقت کا انحصار ہے۔ اور
اور جسم کے ہر ایک "سیل" میں موجود ہے۔ جیسے ہم خون کے سفید
دانوں اور جراثیم کی جنگ سے ناواقف رہتے ہیں۔ ویسے ہی
عورت نہ صرف "سپرمیٹوزوا" کی روح سے ہی ناواقف رہتی
ہے۔ بلکہ جنین کی روح سے بھی خبر نہیں رکھتی۔ گویا یہ بھی نہیں
جانتی۔ کہ اس کے پیٹ میں ایک جنین ہے یا دو؟ گو تمام قسم
کے "سیلز" میں روح تو یکساں موجود ہے۔ لیکن فرق یہ
ہے (کہ بلحاظ درجۂ وکاش کے اعلیٰ درجہ کے "سیلز" (دماغ
وغیرہ کے) میں پھر نئی ساخت پیدا کرنے کی طاقت نسبتاً بہت
کم ہوتی ہے۔ گویا ادنےٰ درجہ کے جاندار کو خواہ کتنے ٹکڑوں
میں کاٹ دیا جائے۔ ان میں سے ہر ایک ٹکڑا "ہائیڈرا" نامی جانور
کی طرح اپنا تمام جسم تیار کر لیتا ہے (اور دُم وغیرہ کا پیدا کر لینا
تو چھپکلی وغیرہ میں بھی دیکھا جاتا ہے) لیکن اعلےٰ جاندار نئی

ساختیں پیدا کرنے کی بہت کم طاقت رکھتے ہیں۔ چنانچہ انسانی جسم میں بھی زخم لگنے پر بجائے اعلےٰ ساختوں (پیرنکائیمس سیلز) کے "فائبرس ٹشو" ہی جگہ کو پُر کرتا دیکھا جاتا ہے۔ اس لئے اصلی موت گویا دماغی سیلز کے لئے ہے۔ جن کا کام آگاہی (اہنکار) پیدا کرنا ہے ۔ علاوہ ازیں متعدی امراض میں موت کے بعد دیگر اعضاء کی زندگی کے خیال کو چھوڑ کر اگر دل کو نکال کر رکھ لیا جاوے۔ تو مناسب حالات میں لانے پر تیس گھنٹے کے بعد بھی چند گھنٹوں کے لئے حرکت میں آجاتا ہے۔ یعنے زندگی کی موجودگی کا ثبوت بہم پہنچاتا ہے۔ حالانکہ قدرتی موت میں تمام اعضاء کو مرجانا چاہیئے ۔ نیز جس طرح جاگنے کی تکان پر نیند کی۔ جوانی میں ہمجنس کے وصل کی۔ بچہ پیدا ہونے پر مادری محبت کی "انسٹنکٹ" (عقل حیوانی) نمودپذیر ہوتی ہے۔ ویسے ہی قدرتی طور پر زندگی بسر کرنے کے بعد اس کی جگہ موت کی "انسٹنکٹ" پیدا ہونی چاہیئے ۔ "عقل حیوانی" کی تبدیلی کی مثال بچے کی دُودھ پینے کی خواہش بھی ہے۔ جو کہ جوانی میں عورت کے دُودھ کا ذائقہ لینا بھی گوارا نہیں کرتا ۔ چونکہ آجکل عوام الناس کی حالت موت کے وقت ایسی ہی ہوتی ہے۔ جیسے کوئی بدنصیب عورت خواہش وصل کے ظہور سے پہلے ہی شادی ہونے پر دردزہ سے مرجاوے۔ اور سچی محبت کی خوشی کا انبھو بھی نہ کرنے پاوے۔ اس لئے عام لوگ قدرتی موت کی خواہش کا خیال بھی نہیں کر سکتے ۔ گویا جس طرح کوئی مٹھائی سے پیار کرنے والا بچہ یا بچے سے پیار کرنے والی ماتا اپنے خیال کے برخلاف کسی طرح نہیں سوچ سکتے۔ ویسے ہی زندگی کا خواہشمند شخص موت کی خواہش کا تصور کرنے سے بھی

قاصر ہے۔ جو کہ صحیح دماغ والے عمر رسیدہ اصحاب میں قدرتی ہونی چاہئیے۔ جیسا کہ اکثر یوگیوں کی نسبت سُنا جاتا ہے ÷ ہاں البتہ یہ ممکن ہے۔ کہ اگر انسان دائمی زندگی نہ بھی حاصل کر سکا۔ تاہم جس طرح علمی ترقی سے چھوٹی عمر کی شادی کم ہو رہی ہے۔ ویسے ہی سائنس کی ترقی سے موت کے خواہشمند بالفاظ دیگر قدرتی عمر حاصل کرنے والے زیادہ تعداد میں نظر آئینگے ÷

رہا یہ سوال۔ کہ وہ سوسائیٹی کے لئے کیونکر مفید ثابت ہونگے؟ سو معلوم رہے کہ "تقسیم عمل" جو سوسائیٹی کا جزو اعظم ہے۔ شہد کی مکھیوں اور چیونٹیوں میں تو یوں مشاہدہ میں آتا ہے۔ کہ ایک حصّہ بانجھ جنسِ تانیث کا بچوں کی خبر گیری وغیرہ کام کرنے والیوں کا ہوتا ہے۔ اور دوسرا حصہ اولاد پیدا کرنے والیوں کا دیمکوں میں دونو جنس کے اصحاب بانجھ ہوتے اور کام کرنے والے ہوتے ہیں۔ مگر انسانوں میں کوئی بانجھ جماعت تو نہیں ہے لیکن چونکہ ان کی عمر کیڑوں سے زیادہ ہے۔ اس لئے دو حصوں میں منقسم ہے۔ پہلا حصّہ اولاد پیدا کرنے کا۔ دوسرا بانجھ پن کا ÷ گویا موجودہ بوڑھاپا جو عوام کے لئے سخت بوجھ ثابت ہو رہا ہے۔ اگر اس میں جسمانی کمزوری۔ اخلاقی خود غرضی۔ عقلی تاریکی اور حافظے کا نقص نہ ہوتے۔ تو باعث وسیع تجربے کے باریک بینی کا معاون اور سوسائیٹی کے لئے نہایت مفید ہوتا۔ چنانچہ عام طور پر نوجوان شخص بباعث علم و تجربہ کے محدود ہونے کے نہایت نکمے مدبر ہوتے ہیں۔ اور جس ملک میں ان کی کثرت ہوتی ہے۔ بجائے فائدہ کے اکثر نقصان پہنچاتے ہیں۔ بدقسمتی سے آجکل کا "پالٹیکس" سو برس پہلے کی "میڈیسن" سے مشابہت رکھتا ہے۔ کیونکہ جس طرح دائیہ کا کام کرنے کے لئے مہذب ممالک میں خاص طور پر میڈیکل سائنس کے مطالعہ کی ضرورت سمجھی

لگتی ہے۔ ویسے ہی "ملکی" خدمت کرنے والوں کے لئے "سماجک ودیا" کا مطالعہ ضروری ہے۔ حالانکہ آجکل ہر کس و ناکس ویسے ہی رائے دیتا ہے۔ جیسے کہ وحشی لوگوں میں علم حکمت کا مطالعہ کرنے کے بغیر ہی دایہ اور طبیب کام کرتے ہیں + اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ جس طرح گذشتہ زمانے میں مختلف مذاہب یا مختلف قسم کی فلاسفی کے پیرو کار یا ایک بھاشا کے بولنے والے قوم کے نام سے موسوم ہوتے تھے ویسے ہی آیندہ زمانے میں بباعث آمدورفت کی آسانی ہونے کے تمام ممالک میں سائنس کی مختلف شاخوں کے عالم اپنا اپنا گروہ اخلاقی فرائض کی بنیاد پر قائم کرینگے۔ کیونکہ جس طرح روپیہ کا جمع کرنا اس کا بہترین استعمال نہیں۔ بلکہ اپنے یا دوسروں کے فائدے کے لئے خرچ کرنا اچھا استعمال ہے۔ ویسے ہی زندگی کا بہترین استعمال بھی یہی ہے۔ کہ اپنی راحت اور دوسروں کی بھلائی کے کام میں لائی جاوے + چونکہ "صحیح الدماغ بوڑھا" ہونا اس کا بہترین سادھن ہے۔ اس لئے بوڑھاپے اور موت کا سائنٹیفک مطالعہ کرنا ہر شخص کو فرض اعظم سمجھنا چاہئے:

جس طرح پہلے دنوں میں "وھیل" کو عام طور پر مچھلی کہا جاتا تھا۔ لیکن آجکل جبکہ اسے دودھ پلانے والا جانور ثابت کیا جا چکا ہے۔ ویسا بتانے والا معاف نہیں کیا جاتا۔ ویسے ہی جوں جوں علم صحیح اور وسیع ہوتا جائیگا۔ بیماری بوڑھاپے اور موت کی طرف سے غفلت کرنے میں آزادی کم ہوتی جائیگی۔ چنانچہ جس طرح علم طب کی ترقی ہونے پر مغربی ممالک میں دافع جراثیم (اینٹی سپٹک۔ داسے سپٹک) علاج کے مخالف سزا پا گئے ہیں۔ ویسے ہی چیچک کے ٹیکے سے متنفر۔ فرش پر تھوکنے والے اور کتوں کو کھلے منہ آزاد چھوڑنے والے

آئندہ تہذیب کے زمانے میں وحشیانہ زمانے کی یادگاریں سمجھی جائینگی۔ قصہ مختصر یہ کہ "چونکہ اعلیٰ زندگی عطا نہیں کی جایا کرتی۔ بلکہ حاصل کرنی پڑتی ہے۔ اس لئے اپنی قسمت کے مسئلے میں انسان کو قدرت کے دان پر صبر کرنا ٹھیک نہیں۔ بلکہ خود کوشش کر کے حصول مقصد میں کامیابی حاصل کرنی چاہیئے۔ تاکہ "بے آہنگی" بصورت "ہم آہنگی" تبدیل ہو کر مقصد حقیقی کے حصول کا باعث ہو"

مذکورہ بالا مضمون سے بخوبی روشن ہو گیا ہو گا۔ کہ اہل طب کے نقطۂ نگاہ سے بھی گوشتخوری جائیز نہیں۔ لیکن چونکہ کسی ایک مضمون پر بھی تمام دُنیا کا متفق الرائے ہونا ناممکن ہے۔ اس لئے جو اصحاب گوشتخوری کے حق میں علمی دلائیل پیش کرتے ہیں۔ ذیل میں ان کی حقیقت پر غور کیا جاتا ہے:-

## اعتراضات

عام طور پر دو اعتراض ہیں۔ جو کہ مغربی "فزیالوجسٹ" نباتاتی غذا پر کرتے ہیں۔ اوّل یہ۔ کہ اگرچہ نباتاتی غذا کے استعمال سے صحت اور طاقت تو کافی ہو جاتی ہے۔ لیکن قوت مقابلہ (ورن دوائیٹیلیٹی) اور پھرتی (انرجی) میں کمی رہتی ہے۔ گویا اگرچہ انسان بیل یا ہاتھی کی طرح طاقتور تو ہو جاتا ہے۔ لیکن شیر یا چیتے کی طرح پھرتیلا نہیں ہوتا۔ دوم یہ۔ کہ نباتاتی اشیاء میں پانی کی مقدار زیادہ ہونے کی وجہ سے غذائیت کا کافی مادہ حاصل کرنے کے لئے اس کو کثیر مقدار میں استعمال کرنا پڑتا ہے۔ جس سے قوت ہاضمہ وغیرہ پر ناجائیز بوجھ پڑنے سے کثیر المقدار شکتی ادھر ہی خرچ ہو جاتی ہے۔ اس لئے نباتاتی غذا اگرچہ جسمانی کام کرنے والوں کے لئے تو موزون ہو سکتی

ہے۔ لیکن دماغی کام کے لئے بہت کم شکتی باقی چھوٹتی ہے
پس دماغی ترقی حاصل کرنے کے لئے حیوانی غذا کی
ازبس ضرورت ہے ؛

**جوابات :-** (۱) پہلے اعتراض کے جواب میں تو یہ جتلا
دینا ہی کافی ہے۔ کہ چونکہ دُودھ اور اس کے مرکبات پنیر
وغیرہ کے ذریعے بھی حیوانی نائٹروجن اس مقدار میں میسر آسکتی
ہے۔ جس قدر کہ انسان کو حقیقی ضرورت ہوتی ہے۔ اس لئے
بھرتی کا طالب انسان انہی کے استعمال سے باوجود حیوانی
نائٹروجن کے تمام ضروری فوائد حاصل کرنے کے ان تمام
مضر نتائج سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ جو کہ گوشتخوری سے ہوتے
ہیں ؛ یہی وجہ ہے۔ کہ آرش گرنتھوں میں دودھ کو ستوگنی
اور ماس کو تموگنی بھوجن کہا گیا ہے ؛ علاوہ ازیں دیگر امر
یہ ہے۔ کہ جس طرح بچوں کی غذا جوانوں سے اختلاف
رکھتی ہے۔ اور ان کے اوصاف بھی مختلف ہوتے ہیں۔
جیسے فوری جوش جو کہ کم عمر بچوں یا جاہل اشخاص میں عام پایا
جاتا ہے۔ سنجیدگی اور دُور اندیشی کا متضاد ہے۔ جو کہ دانائی
اور انسانیت کا تقاضا کرتی ہیں۔ ویسے ہی حیوانی "انرجی"
اور انسانی "انرجی" کی خوبیوں کا بھی ایک دوسرے سے
بالعکس ہونا لازمی ہے۔ کیونکہ درندوں کے لئے جو بلحاظ
وکاش کے نوع انسان کے مقابل وہی درجہ رکھتے ہیں۔
جو کہ جوان شخص کے مقابلے میں بچے کا ہوتا ہے۔ "جوشیلا"
ہونا قدرتی ہے۔ حالانکہ انسانی خوبی "تادیب" کی صورت میں
کہی جاتی ہے۔ اس لئے اول الذکر کے لئے اگر گوشتخوری
قدرتی غذا بھی کہی جائے۔ تاہم "انسانیت" اپنے اظہار کمال
کے لئے نباتاتی خوراک کے ہی جائز ہونے پر دلالت کرتی ہے ؛

(۲) دوسرا اعتراض صرف وہی اصحاب کر سکتے ہیں۔ جو کہ عادت کے بموجب زیادہ کھانا چاہتے ہوں۔ لیکن حقیقی ضروریات جسمانی سے محض ناواقف ہیں۔ کیونکہ اوّل تو جیسا کہ ہم بیشتر لکھ آئے ہیں۔ اہل دماغ کے لئے غذا کی ضرورت ہی اتنی کھوڑی ہوتی ہے۔ کہ جسمانی مادہ اور شکتی کے خرچ کی جگہ پوری کرنے اور زیادتیٔ استعمال سے محفوظ رہنے کے لئے مناسب حجم کرنے کی غرض سے کم از کم غذائیت والی اشیاء کو ہی خوراک میں شامل کرنا کافی ہوتا ہے۔ دیگر امر یہ ہے۔ کہ باداموں اور ماکھن وغیرہ میں دیر تک تسلی دینے والی غذائیت کا خزانہ موجود ہوتا ہے۔ اس لئے بشرطِ ضرورت باداموں کو رگڑ کر ان میں ماکھن اور مصری ملا کر کھوڑا سا کھانے سے "کاربو ہائیڈریٹس" کی خوراک میں بہت کمی کی جا سکتی ہے۔ جس سے ہاضمہ وغیرہ کی طرف سے شکتی بچائی جا کر دماغی قوا کی ترقی کے لئے خرچ کی جا سکتی ہے۔ چنانچہ یہی وجہ ہے۔ کہ اہل ہند میں عام طور پر باداموں اور گھی کو مقوّیٔ دماغ غذا خیال کیا جا سکتا ہے۔ حالانکہ براہ راست دماغ پر ان کا کوئی اثر نہیں۔ بلکہ دماغی صحت اور ترقی کے لئے صرف صاف خون کی کافی مقدار اور گہری نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ جن کا انحصار صحت جسمانی اور کافی ورزش پر ہوتا ہے۔ پس نتیجہ یہ نکلا۔ کہ گوشت مضر صحت ہونے کی وجہ سے عمر کم کرنے والا اور بر خلاف اس کے دودھ و نباتاتی اغذیات صحت بخش ہونے کی وجہ سے ممد حیات ہیں۔ اسی لئے کہا گیا ہے:-

ہ چاتری کو چاہیے تو پراتہ کال نہایا کر۔ مایا کو چاہیے تو دھرم کو بڑھاوے
جیونا جوبہت چاہیے جیوؤں کی رکشا کرے ستی ہوا چاہیے اندریاں بس کیا کرے

اور اگر دوسرے پہلو سے دیکھا جائے۔ تو جسمانی امراض کا اصلی سبب روحانی امراض (غصہ۔ شہوت۔ خوف اور جہالت سے یعنی

حقائق اشیا کا نہ جاننا وغیرہ) میں بھی مُبتلا ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ روحانی صحت والے یعنے یوگی زیادہ عمر پانے والے بیان کیئے گئے ہیں + نیز حق پرستی سے دل کو قوت و صفائی اور طبعیت کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ جو کہ امراض کے مقابلے یعنے قوت مدافعت کا کام دیتی ہے۔ اس لئے طویل العمری کا راز حق پرستی بھی بیان کیا گیا ہے + چونکہ گوشتخوری سے جذبات سفلی ترقی پاکر حق پرستی اور صحت روحانی میں خلل انداز ہوتے ہیں۔ اس لئے بھی اسے ناجائز قرار دیا جا سکتا ہے۔ چنانچہ یہی باعث ہے۔ کہ حق پرستی کے خاص ایام مثلاً کسی قسم کا چلہ وغیرہ کرنے کے دنوں میں عموماً گوشت کھانے والے بھی اسے ترک کر دیتے ہیں۔ اور اس کی جگہ نباتاتی غذا (جس کو طیب یعنے پاکیزہ کہا گیا ہے) استعمال میں لاتے ہیں:- از کلام مصنف

کچھ نہیں رحمان کی درگاہ میں اس کا کار ہے
پیٹ قبرستان ہے جس کا اور مُنہ خونخوار ہے
صحبتِ حق سے بھلا ناپاک کب ہو سرفراز؟
صاحبِ دل بن سکے کب؟ کھاتا جو مُردار ہے
رحم ہے ازبس ضروری صحبتِ حق کے لئے
ارحم الرحمین[۲] قاتل سے بہت بیزار ہے

[۱] گیہوں اور انڈے وغیرہ کا زندہ ہونا اس سے ثابت ہے۔ کہ خواہ کتنی دیر تک رکھنے کے بعد انہیں بوئیں۔ فوراً ثمر آور ہوتے ہیں۔ حالانکہ برخلاف ان کے گوشت جتنی دیر زیادہ رکھا جائے۔ اُتنا ہی خراب ہوتا جاتا ہے۔ یہی مُردہ پن کی علامت ہے +

[۲] پرماتما کا "منصف" اور "رحیم" ہونا جن اصحاب کو متضاد معلوم ہوتا ہے۔ انہیں خیال رہے۔ کہ اگر "رحیم" سے مُراد اُس میں دوسروں کو راحت پہنچانے کی خواہش موجود ہونے سے ہے۔ تو منصف کے معنے کرموں کے بموجب پھل دینے یعنے اس کے قادر مطلق ہونے سے ہے۔ جو کہ ہر

پیٹ کا دوزخ بھرے معصوم ذی روحوں سے جو
اس کی روح کے واسطے بھی دوزخ اک تیار ہے
جیتے جی مرض و مصائب سے نہ پائے وہ نجات
مرنے پر خوشلحت کب بچ سکتا گوشتخوار ہے؟

## ۶- کمالِ روحانی

آخری مگر سب سے ضروری پہلو یہ ہے۔ جو کہ گوشتخوری کو ناجائز قرار دیتا ہے۔ کیونکہ انسانی زندگی کا حقیقی مدعا روحانی کمال کا ہی حاصل کرنا ہے۔ جس کا انحصار غور و خوض۔ خود ایثاری اور خدمت خلق پر ہے۔ چونکہ شانتی سے بیٹھنا گوشتخور کے لئے امر محال ہے (جیساکہ چڑیا گھر میں درندوں کو تقریباً تمام دن اپنے جنگلے میں گھومتے ہوئے سب نے دیکھا ہوگا)

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۲۳) ایک کو اُس کی قابلیت کے بموجب سامان بہم پہنچا سکے۔ مثال کے طور پر یوں سمجھیں۔ کہ ڈاکٹر کی ہر ایک مریض کو تندرست کرنے کی خواہش اس کے وصفِ "رحم" پر دلالت کرتی ہے۔ اور ہر ایک مریض کو میٹھی یا تلخ دوائی بلحاظ اس کی بیماری کے بہم پہنچانا اس کے انصاف کا اظہار ہے۔ علیٰ ہذا القیاس ہر ایک باپ کا اپنے بچوں کی صحت چاہنا اس کے رحم پر مبنی ہوتا ہے۔ لیکن ہر ایک بچے کو بلحاظ اسکی عمر اور دیگر حالات کے خوراک دینے میں اختلاف رکھنا اس کے انصاف کا مظہر ہوتا ہے۔ گویا جس طرح انصاف سے یہ مطلب نہیں۔ کہ شیر خوار اور جوان بچوں کو ایک ہی قسم کی یکساں مقدار میں غذا کھانے کے لئے مجبور کیا جاوے۔ ویسے ہی رحم سے بھی یہ مُراد نہیں۔ کہ نشتر لگانے کی جگہ پر جراح مرہم کا استعمال کرے مطلب مختصر یہ کہ رحم کا تعلق اگر باطن سے ہے۔ تو انصاف کا تعلق ظاہر سے ہے۔ علت معلول کی طرح ایک دوسرے کا متضاد نہیں۔ بلکہ ایکدوسرے کو مکمل کرتا ہے۔ چنانچہ ہر شخص کی اخلاقی ترقی اور روحانی رہنمائی کا باعث ہونے سے تمام قوانین قدرت ذات حق کو رحم و انصاف کا مجموعہ ہی ظاہر کرتے ہیں۔ جیساکہ عالم طبعی میں نہ صرف "سامان زندگی" ہی مہیا کئے گئے ہیں۔ بلکہ اختلاف رنگ و بُو اور ذائقہ وغیرہ سے ان کو اپنی رحمت سے راحت بخش بھی بنایا ہے۔

اس لئے دماغی کام میں بہترین کامیابی اس کی سرشت کے متضاد ٹھہرتی ہے + دیگر عام طور پر فطرت کے نمونہ جات کا مطالعہ کرنے سے صرف یہی حیوان علیم اور خدمت انسانی میں مستعد پائے جاتے ہیں۔ جو کہ سبزی خور ہیں۔ برخلاف ان کے گوشت خور نہ صرف کسی قسم کی خدمت سے ہی قاصر رہتے ہیں۔ بلکہ تند خو اور خونخوار ہونے کی وجہ سے ہر وقت دوسروں کے لئے مصیبت اور خطرناک بھی ثابت ہوتے ہیں۔ جو کہ سچے سنیاس کے اصول "اہنسا" سے برخلاف ہونے کی وجہ سے روحانی کمال میں رکاوٹ پیدا کرنے والا فعل ہے + علاوہ ازیں "قانون کرم" بھی معاوضے کی ادائیگی کے لئے تناسخ میں لانے کا موجب بیان کیا گیا ہے۔ جس سے نجات کی منزل دور رہتی ہے + الغرض خواہ کسی پہلو سے دیکھا جائے۔ گوشت خوری انسان کے لئے ناجائز ہی ثابت ہوتی ہے + اور موجودہ زمانے میں تو یہ امر اور بھی زور سے پیش کیا جا سکتا ہے۔ جبکہ سائنس کی ترقی کی بدولت نباتات میں بھی بذریعہ برقی لہروں۔ کیمیائی کھاد یا خاص قسم کے جراثیم کے خاطر خواہ نائٹروجن جذب کرائی جا سکتی ہے۔ جو کہ بصورت دیگر ہوا میں کافی ہوتے ہوئے بھی اکثر درختوں کے حصے میں بہت کم آتی تھی +

**منشیات**:۔ اگرچہ غذا کے مضمون سے ان کا کچھ تعلق نہیں ہونا چاہئے۔ لیکن چونکہ چند ایک خراب عادات آجکل فیشن میں داخل ہو گئی ہیں۔ اس لئے مختصراً ان کے نقصانات کا ذکر کرنا بیجا نہ ہوگا:۔

**تمباکو**:۔ چونکہ اس کا استعمال اس قدر ترقی پا گیا ہے۔ کہ مہمانوں کی تواضع اور برادری کے تعلقات باہمی کا بیشتر ہی "حقہ" بن رہا ہے۔ اور نئی روشنی کا تعلیمیں اپنے تئیں

اس وقت تک مکمل ہی نہیں سمجھتا۔ جبتک کہ سُوٹ بُوٹ کے ساتھ سیگرٹ یا سگار کی لبوں تک رسائی نہ ہو۔ اس لئے سب سے پہلے اسی کی قلعی کھولی جاتی ہے۔ کہ اس کے دھوئیں میں نہ صرف " نکوٹین " نامی زہر ہی شامل ہوتا ہے۔ بلکہ پائریڈین۔ کاربانک ایسڈ۔ ایمونیا اور بیوٹائرک ایسڈ کی موجودگی بھی بیان کی گئی ہے۔ جن کے زہریلے اثر کی بدولت مبتدی شخص کو دل کی دھڑکن۔ جی متلانا اور سردردی وغیرہ واضح طور پر سمجھا دیتے ہیں۔ کہ وہ کس قسم کے گناہ کا ارتکاب کر رہا ہے ؎

علاوہ ازیں صحت کی ترقی کے لئے جس طرح ہوا کی صفائی کا نمبر اول ہے۔ ویسے ہی سانس لیتے وقت اس کے خراب کرنے میں اس کا نمبر اوّل ہے۔ بقولیکہ :۔

ے حُقہ نوش کا سینہ سیاہ ہے
اگر باور نہ ہو تو "نے" گواہ ہے

گو عادت کی وجہ سے لوگ اس کے مضر اثر کو محسوس نہیں کرتے۔ لیکن اہل طبابت کا فرمان ہے۔ کہ تمباکو پینے سے عروق سکڑ کر خون کا دباؤ بڑھ جاتا ہے۔ نبض اور تنفس تیز۔ آنتوں کی حرکات زیادہ۔ نقص ہاضمہ۔ معدہ کی سوزش۔ حلق کی خراش۔ نقص بینائی بباعث عصبی سوزش کے۔ عصبی کمزوری سے رعشہ۔ دل کا پھیل جانا۔ شریانوں کا " سکلے روسس" وغیرہ امراض کے علاوہ جو کہ اس کے استعمال سے ظہور پکڑتی ہیں۔ چونکہ ہر ایک قوم میں باہمی ایکدوسرے کے ساتھ پینے کا رواج ہے۔ اس لئے متعدی بیماریوں کا بھی یہ وکیل ہو سکتا ہے ؛ حُقے میں تو پانی کی موجودگی سے قدرے صفائی بھی ہو جاتی ہے۔ لیکن سیگرٹ وغیرہ نہایت ہی مضر اثر پیدا کرتے ہیں۔ چنانچہ جس طرح گورو گوبند سنگھ نے اپنی بہادر سپاہ

کے لئے اس کے دھرم ورودھ ہونے کا فتوےٰ دے رکھا تھا۔
ویسے ہی اب گورنمنٹ ہند نے بھی فوجی سپاہیوں کے لئے خاص
حالات میں تمباکو پینے کی ممانعت کا حکم صادر فرمایا ہُوا ہے۔

**(۲) بھنگ**

افسوس ہے۔ کہ اس کو "مہادیو" کی بوٹی قرار
دیتے ہُوئے کیا برہمن اور مندروں کے
پوجاری۔ کیا سادھو سنت اور گرہستی
لوگ سب کے سب دھرم کی آڑ میں پیالے پر پیالہ اوڑاتے
ہیں۔ حالانکہ مثل مشہور ہے "بھنگ کو گدھا بھی نہیں
کھاتا" جسکی وجہ یہ بیان کی گئی ہے۔ کہ اس کو یہ خوف دامنگیر
ہوتا ہے۔ جب سمجھدار آدمی اس کے استعمال سے بے سمجھ
یعنی گدھا بن جاتا ہے۔ تو نا معلوم؟ جو پہلے ہی گدھا ہے
اس کی کیا حالت ہو؟ علاوہ ازیں "بھنگی" کے ساتھ چھونے
تک کو جو دھرم کے خلاف سمجھتے ہوں۔ ان کا خود شوق سے
"بھنگی" بننا سوائے ان کے گدھاپن کے کس بات کا مظہر ہو سکتا
ہے؟ پاگل خانوں کی رپورٹ کے مطالعہ کرنے سے پتہ لگ
سکتا ہے۔ کہ بھنگ اور شلفے کا دماغ کو خراب کر کے "پاگل"
بنانے میں کتنا زبردست حصّہ ہے؟ جو بیوقوف متھرا کے "چوبوں"
کی طرح زیادہ کھانے کے لالچ میں اس کا استعمال کرتے ہیں۔
وہ علاوہ ازیں زیادہ کھانے کی مصیبتوں کا بھی شکار بنتے ہیں۔
بمصداق :- ع کہ بسیار خوار ست بسیار خوار

**(۳) شراب :-** سے زبانِ حال ہے اول زبانِ جاہل آخر
وہ ابتدائے شراب ہے یہ انتہائے شراب

پانی کی صورت میں جس "شر" کی شکستہ بوتل کی ٹھیکری پر
پاؤں پڑ جانے سے نرک میں جانا بیان کیا گیا ہے۔ بدقسمتی سے
آج وہ شائستگی کے محل میں داخل ہونے والوں کے لئے دہلیز

جو رہی ہے۔ تمام مذاہب میں ممنوع اور تمام اہل عقل کے ٹمپرنس سوسائٹی کے حامی ہوتے ہوئے بھی اس گلمرو کی تجارت ہر سال ترقی پذیر ہے۔ حالانکہ "ریکے نقصان مایہ دیگر شماتت ہمسایہ" اس کی شان میں مسئلہ مسلمہ ہے۔ بلکہ بقول ایک محقق کے اگر شراب پردہ لاعلمی میں رہتی۔ تو نصف گناہ اور افلاس و مصائب کی کثیر مقدار صفحۂ دنیا سے معدوم ہوتے۔ کیونکہ اخلاقی حالت کے برباد کرنے میں اگر اس کا نمبر اول ہے۔ بمصداق:-

انساں شراب پی کے کرے کیوں نہ شور و شر؟
اول تو شر بشر میں ہے پھر ہے شراب میں

تو جسمانی امراض کا باعث ہونے اور بوڑھاپا قبل از وقت لانے میں بھی یہ کسی سے دوسرے نمبر پر نہیں۔ چنانچہ "جسمانی تباہی" کے متعلق لنڈن کی محکمانہ کمیٹی کی جو رپورٹ ہے۔ اس میں مندرجہ ذیل امور بیان کئے گئے ہیں:-

(۱) الکوہل خواہ "سپرٹ" اور "وائن" کی صورت میں ہو۔ خواہ "بیئر" کی۔ غلط استعمال سے جسمانی تباہی کا زبردست ذمہ دار ہے۔ اور جسم کے مختلف اعضا اور ساختوں میں امراض کا باعث ہوتا ہے +

(۲) اس کی زیادتی قدرتی مقابلے کی طاقت کو کم کرتی ہے سوزشی امراض کے لائق بناتی ہے۔ مبتلاء مرض کی سختی اور شدت کو بڑھاتی ہے۔ اور صحت کے حصول کو سست ہوتی ہے +

(۳) تپ دق کے لئے تیار کرتی ہے +

(۴) شرابی والدین کے بچے شدت سے بیماری کا شکار ہوتے ہیں۔ خاص کر فالج۔ مرگی۔ دیوانگی۔ نقص دماغی میں۔ جو کہ اگر موت کا باعث نہیں۔ تو ہمیشہ کے لئے نقصان ضرور

پہنچاتے ہیں۔ اعداد جمع کرنے سے معلوم ہُوا ہے۔ کہ شرابی والدین کے بچے اسی قسم کے صوفی مزاج لوگوں کے بچوں کی نسبت گئی گونہ زیادہ مرتے ہیں۔

(۵) پاگلخانوں کی رونق کا ایک بڑا سبب اس کا استعمال بھی ہے۔ نیز "جنرل پریلے سس" کے مریضوں کی ترقی بھی اسی باعث سے ہے۔ جو اصحاب اس کو مفرح اور طاقت بخش سمجھتے یا سردی سے بچنے کے لئے اس کا استعمال ضروری خیال کرتے ہوں۔ ان کو معلوم رہنا چاہیئے۔ کہ شراب بذات خود کچھ مادۂ طاقت نہیں رکھتی۔ بلکہ پس انداز یعنے محفوظ طاقت کو جلدی خرچ کرانے کی وجہ سے طاقت دینے والی معلوم ہوتی ہے۔ چنانچہ جوں جوں "ریزرو" طاقت کم ہوتی جاتی ہے۔ اتنی ہی اسکی مقدار بڑھانی پڑتی ہے۔ حتےٰ کہ جسمانی محفوظ طاقت کا دیوالہ نکل جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ نشہ بازوں میں قوت برداشت ضائع ہوجاتی ہے۔ اور وہ معمولی صدمات سے بھی جانبر نہیں ہوسکتے۔ نیز یہ بھی امر مسلمہ ہے۔ کہ وہ نہ صرف گرمی کی بلکہ سردی کی تیزی کو بھی نسبتاً بہت کم برداشت کرسکتے ہیں۔ چونکہ اس سے ظہور پکڑنے والی امراض کی فہرست دینے سے طوالت کا احتمال ہے۔ اس لئے اسی شعر پر اکتفا کی جاتی ہے۔

سہ اے ذوق دیکھ دختر رز کو نہ مُنہ لگا
چھُٹتی نہیں یہ کافر مُنہ سے لگی ہُوئی

اس بات کا ظاہر کرنا بیجانہ ہوگا۔ کہ عام طور پر اس کا نام ہی "دارُو" ہونا اس کے دوا ہونے پر دلالت کرتا ہے۔ نہ کہ غذا ہونے پر۔ دیگر جو اصحاب یہ سمجھتے ہیں۔ کہ جس طرح دیگر اشیاء خوراک کا اعتدال سے استعمال کرنا ٹھیک ہوتا ہے

ویسے ہی اس کو بھی اعتدال سے پینے میں کچھ ہرج نہیں + ان کو معلوم رہے۔ کہ صحت کی حالت میں " اعتدال " کے معنے صرف " اشیاء خوراک " کی مقدار پر عائد ہوتے ہیں۔ نہ کہ اس کی حدود سے باہر بھی ہر ایک شئے پر۔ ورنہ اس صورت میں تو زہر اور دوا کوئی چیز ہی نہ رہیگی + کیونکہ ہر ایک شئے کے کھانے میں " اعتدال " کہا جاسکتا ہے۔ خواہ وہ پاک ہو یا ناپاک۔ کوئی وجہ نہیں۔ کہ اسکی اجازت دینے پر پھر کوئی شئے بھی دنیا میں ممنوع قرار دی جاسکے۔ درانحالیکہ اسکی نسبت تو یہ بھی کہا جاتا ہے :۔ سہ رر کو دے کر بے آبرو ہونا
یہ تماشا شراب میں دیکھا

(۴) چاء :۔ چونکہ چین کا پانی خراب ہونے سے مختلف امراض کا باعث ہوتا تھا۔ اس لئے اس کو ابال کر پینے سے جو بدذائقہ ہونے کی تکلیف تھی۔ صرف اس کے دُور کرنے کے لئے چینیوں نے چاء کا استعمال شروع کیا تھا۔ مگر آج دُنیا کی غلطی کا نمایاں ثبوت اس کے عالمگیر ہونے میں مخفی ہے + اگرچہ اس میں " کیفین " کی مانند " تھئین " نامی ایک جوہر عصبی محرک اور فرحت بخش اثر رکھنے والا پایا جاتا ہے۔ لیکن چونکہ اس کے ساتھ ہی " ٹے نن " نامی شئے بھی ملتی ہے۔ جو کہ پروٹین کے ساتھ ملکر " ایلبومن " کو ایسا منجمد کر دیتی ہے۔ کہ معدہ کی رطوبت اس کو ہضم نہیں کرسکتی۔ اس لئے چاء نوشی کے غلط استعمال سے جہاں ایک طرف عصبی کمزوری۔ رعشہ اور شب بیداری نصیب ہوتی ہے۔ وہاں دوسری طرف بدہضمی اور قبض صحت جسمانی کا ناش کرتی ہے + علاوہ ازیں بقول ڈاکٹر ہیگ چونکہ گوشت کی طرح اس میں بھی یورک ایسڈ قسم کے کیمیائی مرکب بکثرت موجود ہوتے ہیں۔ اس لئے دیگر بیشمار امراض کا

بھی باعث ہو سکتی ہے۔ اہل انگلستان کا نقرس وغیرہ امراض میں بکثرت مبتلا ہونا گوشت اور چاء کے ہی بکثرت استعمال پر مبنی کہا گیا ہے ؀

## (۴) لباس

شروع دُنیا میں آدم اور حواؑ کے برہنہ تن باغ میں گھومنے کی روایات اور موجودہ زمانے کی وحشی قوموں کے جنگلوں میں ننگا پائے جانے کے مشاہدات سے صاف ظاہر ہے۔ کہ انسانی ترقی کے مظہرات میں لباس کا بھی ایک خاص درجہ ہے ؀ اگرچہ شروع میں اس کا استعمال آرائشِ بدنی کے خیال سے ہوا ہوگا (جیسا کہ ہربرٹ سپنسر لکھتا ہے) یا جسم کو ضربات سے بچانے کے لئے۔ لیکن آجکل اس کا اصلی مدعا قدرتی افعال جسمانی میں حتے الامکان کم خلل انداز ہوتے ہُوئے جسمانی حرارت کو یکساں رکھنے کے لئے موسمی تغیرات یعنے سردی۔ گرمی۔ ہوا اور بارش سے محفوظ رکھنا ہے۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے نہ صرف رات کا لباس دن سے علیحدہ ہونا چاہئے۔ بلکہ صبح دوپہر اور شام یعنے مختلف اوقات کے سرد اور گرم ہونے کی وجہ سے ایک ہی دن میں بھی بشرط ضرورت کپڑے تبدیل کئے جا سکتے ہیں + لیکن بغیر اس مدعا کو مدنظر رکھنے کے بار بار "سُوٹ" بدلنا شوقینی یا امیری کا مظہر نہیں۔ بلکہ تضیع اوقات۔ بیجا خود نمائی اور حماقت پر دلالت کرتا ہے +

## اشیاء کا آمد

عام طور پر اس مطلب کے لئے مندرجہ ذیل اشیاء کام میں آتی ہیں :۔ (۱) روئی۔ گرم ممالک میں اس کے جالی دار (سیلولر) قسم کے کپڑے خاص طور پر مفید ہوتے ہیں۔ علاوہ ازیں مضبوط۔ دیرپا اور سستی ہونا اسکی خاص خوبیاں ہیں ؀ اُون کے ساتھ ملانے سے اسکی مضبوطی کو بڑھاتی اور سکڑنے کے نقص کو

کم کرتی ہے + لیکن آگ بآسانی لگنے کے علاوہ اِس میں خاص نقص یہ ہے۔ کہ قوت جاذبہ کے کم ہونے کی وجہ سے جلد کے ساتھ پہننے پر پسینے سے بھیگ کر اس کی تبخیر کے ساتھ جسمانی حرارت کو ضائع کرتی اور جلد کو سردی پہنچاتی ہے۔ جس سے ٹھنڈ لگنے کا اکثر احتمال ہوتا ہے + مگر جالی دار کپڑا اس نقص سے پاک ہوتا ہے۔ کیونکہ اس میں ہوا کی گنجائش ہوتی ہے۔ جو کہ حرارت کے لئے سدّراہ (بیڈ کنڈکٹر) ہوتی ہے + چونکہ ہوا کے جراثیم وغیرہ اُن کی نسبت اس میں کم آسانی سے لگتے ہیں۔ نیز صفائی بآسانی ہو سکتی ہے۔ اس لئے مریضوں کے بیرونی کپڑے بنانے اور بستر کی چادر بچھانے کے لئے بہترین ہے +

(۲) **اُون**:۔ یہ سرد ممالک میں حیوانوں کا قدرتی لحاف ہے + اس میں روغن کی موجودگی اور ہوا کے قیام کی جگہ کا ہونا حرارت کے گزرنے میں سدّراہ ہوتا ہے :۔ نیز قوت جاذبہ کی وجہ سے پسینہ کو خشک کرتی اور جسم کو ٹھنڈ لگنے سے بچاتی ہے۔ اس لئے اس کو جلد کے ساتھ لگا کر پہننے سے کئی قسم کی امراض سے حفاظت ہوتی ہے + لیکن اس میں نقص یہ ہیں۔ کہ دھونے سے سکڑ جاتی ہے۔ اور قوت جاذبہ جاتی رہتی ہے۔ حالانکہ اس کو دُھلانے کی ضرورت بہت زیادہ ہوتی ہے۔ کیونکہ جاذب ہونے کے باعث آرگینک مادے اور جلد کی میل کو بآسانی جذب کر لیتی ہے + اس لئے دھونے میں خاص احتیاط رکھنی چاہیئے۔ چنانچہ بہت زیادہ کھار والا صابون چکنائی کو ضائع کرنے کی وجہ سے ناپسندیدہ ہے۔ خفیف گرم پانی میں عمدہ صابون ملا کر اس میں اُونی کپڑے کو ڈال کر ہلانا اور پھر ٹھنڈے صاف پانی میں ڈبو کر بغیر نچوڑنے کے سوکھنے کے لئے لٹکا دینا چاہیئے + تھوڑا سا مٹی کا تیل صابون آمیز پانی میں ملانے سے کثیف غلاظت بآسانی نکل جاتی ہے۔

زیادہ ملنے کی ضرورت نہیں رہتی + مرینہ۔ اُون اور روئی کے ملانے سے بنتا ہے۔ اس لئے اُون کے ریشوں کی سختی اس میں کم نمایاں ہوتی ہے +

(۳) پیشم کی گرمی اور نرمی ہر شخص جانتا ہے۔ لیکن مہنگا ہونا اس کے عام استعمال میں مانع ہوتا ہے +

(۴) ریشم:۔ گو اُون کی نسبت کم جاذب ہے۔ لیکن برقی طاقت کے اخراج میں سدِ راہ ہونے اور صفائی و ملائمت رکھنے کے باعث جلد کے ساتھ پہننے کے لئے (خصوصاً گرم ممالک میں) نہایت پسندیدہ ہے + مگر کم دیرپا اور بیش قیمت ہونا اس میں خاص نقص ہیں +

(۵) سن:۔ صرف باریکی اور خوبصورتی کے نقطۂ نگاہ سے ترجیح پاتی ہے۔ ورنہ روئی اس سے ہر پہلو میں بہتر ہے +

(۶) پوستین سرد آب وہوا کے لئے موزون ہے۔ کیونکہ بہت گرم ہوتی ہے۔ لیکن بے مسام ہونے کی وجہ سے جلد کے نزدیکی کپڑوں کے ہوائی طبقات کے دوران کو روکتی ہے۔ چنانچہ "برساتی" کوٹ جو کہ بارش کے حملوں سے محفوظ رکھنے کے لئے ایک بیش قیمت شے ہے۔ مسامدار نہ ہونے کی وجہ سے گرم موسم میں سخت بےچینی کا باعث ہوتا ہے + علاوہ ازیں پر، ربڑ اور چمڑا وغیرہ بھی کام میں لائے جاتے ہیں +

## کپڑوں کی گرمی

کپڑے کا گرم ہونا مندرجہ ذیل امور پر مبنی ہوتا ہے:۔ (۱) جس شے کا بنا ہو۔ اس کا ور بیڈ کنڈکٹر ہونا۔ مثلاً۔ اون۔ پشم۔ ریشم۔ روئی اور سن بتدریج ایک دوسرے سے کم گرم ہوتے ہیں + (۲) ایسے رنگ کا ہونا۔ جو زیادہ گرمی کو جذب کرتا ہے۔ مثلاً سیاہ۔ گہرا نیلا۔ ہلکا نیلا۔

گہرا سبز - سُرخ - ہلکا سبز - گہرا زرد اور سفید بالترتیب ایک دوسرے سے کم حرارت جذب کرتے ہیں + (۳) مادۂ لباس کا مسامدار ہونا - جس میں ہوا قیام پا سکے - مثلاً فلالین سب سے زیادہ اور ریشمی کپڑا سب سے کم مسامدار ہوتا ہے + (۴) کھُردرے ریشوں والے کپڑے بمقابلہ صاف اور نرم کے زیادہ گرم ہوتے ہیں - کیونکہ جلد کو تحریک کرتے اور عروق شعریہ کے دوران خون کو بڑھاتے ہیں مثلاً اون - روئی - سن - ریشم +

(۵) رطوبت کے جاذبے کی خاصیت گرمی کا باعث ہوتی ہے کیونکہ پسینے کو جذب کر کے بذریعہ تبخیر ٹھنڈ پیدا ہونے کو جلد سے کپڑے پر منتقل کرتا ہے - یہ وصف اسی ترتیب سے پایا جاتا ہے - جیسے کہ بُو کو جذب کرتے ہیں - مثلاً اُون - پشم - ریشم - سن رُوئی + (۶) کپڑوں کا کئی تہ دار ہونا گرم ہوتا ہے - بہ نسبت اس کے کہ ایک ہی تہ میں اتنے وزنی کپڑے کو پہنا جاوے - کیونکہ کئی تہیں ہونے سے ہوا کے کئی طبقات بیچ میں آجاتے ہیں +

**نوٹ :-** چونکہ سردی میں ننگا رہنے سے جسمانی حرارت زیادہ ضائع ہوتی ہے - اور اس کمی کو پورا کرنے کے لئے خوراک بکثرت کھانی پڑتی ہے - اس لئے کپڑوں کا کافی ہونا (جو کہ جسمانی گرمی کو محفوظ رکھتے ہیں) حیوانوں کو اگر ان کی چربی محفوظ رکھنے سے موٹا کرتا ہے - تو انسان کے لئے غذا کے کم استعمال کرنے کا باعث ہو کر ہاضمہ وغیرہ کے خرچ سے شکتی بچاتا اور دماغی ترقی میں مددگار ہوتا ہے +

## لباس کے متعلق قابل غور امور

(۱) کپڑوں کا کافی ہونا یعنے گرمی سے سر کو اور سردی سے پاؤں اور چھاتی کو خاص طور پر محفوظ رکھنا چاہیئے - کیونکہ حرارت

اگر عصبی مادے پر سُستی پیدا کرنے والا اثر رکھتی ہے - تو سردی
کا مضر اثر ان اعضا پر نمایاں ہوتا ہے - جو کہ دل سے بہت دُور
ہوں - یا جن پر تنفس کی ہوا کی بدولت دوہری سردی پہنچنے
کا احتمال ہو ۔ دیگر بچپن اور بوڑھاپے میں گرم کپڑے نہایت
لازمی ہیں - کیونکہ بچوں میں تو دوران خُون کی تیزی سے بالائی
عروق کی طرف خون کے زیادہ آنے اور بمقابلہ جوانوں کے جسم
کی بیرونی سطح کے زیادہ ہونے سے حرارت جلد کھوئی جاتی ہے -
اس لیئے ٹھنڈ لگ جانے کی طرف زیادہ میلان ہوتا ہے ۔ یا
چونکہ ان کی پرورش اور نشو و نما کے لیئے حرارت کی زیادہ مقدار
درکار ہوتی ہے - اس لیئے وہ عصبی طاقت جو تنفس اور ہاضمہ
کے لیئے ہوتی ہے - حرارت کی پیدائش میں خرچ ہونے سے ہاضمہ
اور تنفس کے فعل میں نقص لاتی اور قبض و اسہال یا کھانسی
کے رُوپ میں جلوہ نما ہوتی ہے - اس لیئے ٹانگوں - بازو -
گردن چھاتی وغیرہ تمام اعضاء کو ٹھیک طور پر ڈھکنا چاہیئے ۔
اور بوڑھاپے میں دوران خُون کی کمزوری ہونے سے بمقابلہ جوانی
کے حرارت پیدا کرنے والی اور اس کو باقاعدہ رکھنے والی طاقت
اصلی درجے سے گر جاتی ہے - اس لیئے جب جسم کو سردی
لگ جاتی ہے - تو معمولی حرارت دیر سے حاصل ہوتی ہے -
اور افعال زندگی خطرناک طور پر کمزور ہو جاتے ہیں ۔ لیکن یہ
بھی خیال رہے - کہ کپڑے اتنے زیادہ بھی نہ ہوں - کہ ان کا
بوجھ بچے کے دوڑنے بھاگنے یا قدرتی حرکات میں مانع ہو ۔
چنانچہ موسم سرما میں سوتے وقت ٹھنڈ سے محفوظ رکھنے کے لیئے
بجائے اپنے ساتھ سُلا کر جسم کی گرمی پہنچانے سے یہ بہتر
ہوتا ہے - کہ گرم پانی کی بوتل بھر کر فلالین کے غلاف میں لپیٹ
کر بچے کے پاؤں سے کچھ فاصلے پر اس کے بستر میں

رکھ دی جائے +

## (۲) کپڑوں کے اوصاف

چونکہ بعض رنگ جن سے موزے یا کپڑے رنگے جاتے ہیں۔ زہریلے ہونے سے جلد پر خراش کرتے ہیں۔ اور پاؤں یا ٹانگوں وغیرہ پر چنبل کی قسم کے امراض کا باعث ہوتے ہیں (جو کہ پاؤں کے گرم اور مرطوب ہونے کی صورت میں سنکھیا کے اثر کا نتیجہ ہوتے ہیں) اس لئے حتے الامکان جلد کے ساتھ والا کپڑا سفید ہونا چاہئیے + دیگر یہ بھی خیال رہے۔ کہ بیرونی کپڑوں کی صفائی زیادہ تر آرائش کا ہی کام دیتی ہے۔ صحت کے نقطۂ نگاہ سے اندرونی کپڑے صاف رکھنے چاہئیں۔ ورنہ پسینہ کے ساتھ خارج شدہ غلاظتیں جمع ہو کر جلد کی خراش کا باعث ہوتی ہیں + چونکہ سورج کی روشنی میں تین قسم کی شعاعیں شامل ہوتی ہیں۔ حرارت کی۔ روشنی کی اور کیمیائی[۱]۔ جن میں سے اول الذکر سفید رنگ سے منعکس ہوتی ہیں۔ متوسط الذکر سیاہ رنگ میں جذب ہوتی ہیں۔ اور آخر الذکر سے زرد اور سرخ رنگ جسم کو محفوظ رکھنے والا کہا گیا ہے۔ اس لئے موسم سرما میں اگر سیاہ رنگ کا کپڑا پہننا مفید ہو سکتا ہے۔ تو گرمیوں میں ہلکے زرد اور سفید

---

۱؎ کیمیائی شعاعیں (الٹرا وایولٹ) کے متعلق یہ امر قابل اندراج ہے کہ ان کے محسوس کرنے کیلئے انسان کے جسم میں کوئی خاص حس نہیں۔ بلکہ فوٹو گرافی کے شیشے وغیرہ کی بدولت جانی جاتی ہیں۔ علاوہ ازیں ان کا اثر جسم انسان پر ان کے تعلق میں آنے کے مہینہ دو مہینہ یا اس سے بھی بعد نمایاں ہوتا ہے۔ مثلاً مہینہ بیس دن کے لئے دس پندرہ منٹ روزمرہ ود اکیس ریز نامی شعاعوں کے زیر اثر آنے سے بغیر کسی قسم کی کمزوری محسوس کرنے کے انسان تقریباً چھ مہینے کے بعد دوسپرم سیلز معدوم ہونے سے ناقابل تولید ہو جاتا ہے +

رنگ کو ترجیح دینی چاہیئے۔ "سن سٹروک" نامی مرض سے محفوظ رکھنے سے "پیتامبری" اور بھگوے (سُرخ + زرد) رنگ کی عظمت کو گو اہل مغرب نے اب انبھو کیا ہے۔ لیکن آریہ ورت میں ہزاروں سال سے اس کی خوبیوں کا جاننا اس سے ظاہر ہے۔ کہ بھگوان کرشن کے لباس کو اگر "پیتامبری" کہا جاتا ہے تو وِدوان سنیاسیوں کی پہچان ہی "بھگوے" رنگ سے ہوتی ہے۔ سر کے ڈھانپنے والا کپڑا ہلکا۔ مسامدار اور عروق پر دباؤ نہ ڈالنے والا ہونا چاہیئے۔ ورنہ "گنج" ہونے کا احتمال کہا گیا ہے۔ گردن کے گرد مضبوط جکڑنے والے کالر کا پہنا قمیض کے گلے کا بٹن تنگ ہونے کی نسبت زیادہ مضر ہوتا ہے۔ چھاتی کے کپڑے کی تنگی تنفس میں روکاوٹ پیدا کرتی ہے۔ اور پیٹی کا سخت باندھنا اعضاء شکم کے فعل میں روکاوٹ ڈالتا ہے۔ بمقابلہ پاجامے کے پتلون کا پہننا گو چُستی کا مظہر ہو۔ لیکن حرکات طبعی یعنے بیٹھنے اُٹھنے میں تکلیف دہ ہونے سے ترجیح کا مستحق قرار نہیں دیا جاسکتا۔ بلکہ گرم ممالک میں دھوتی زیادہ آرام دہ ہوتی ہے۔ جُوتے پاؤں کے ناپ سے ٹھیک اور اس کی آزادانہ حرکات میں مخل نہ ہوں۔ ورنہ ناخن یا جلد پر دباؤ اور رگڑ ہونے سے رٹن چھالے اور زخم پیدا کر کے لنگڑاپن کا باعث ہو سکتے ہیں۔ بُوٹ میں ایڑی چھوٹی اور تلوا مڑنے والا ہو۔ کیونکہ اونچی ایڑی پاؤں کو سامنے کی طرف دبانے سے جلد تکان کا باعث ہوتی ہے۔ بچوں کے بُوٹ کے تلوے کا اندرونی کنارہ بالکل سیدھا ہونا چاہیئے۔ نیز بٹن کی جگہ فیتہ لگا ہو۔ تو بہتر ہے۔ تاکہ بشرط ضرورت تنگ اور کھلا کیا جا سکے۔ بلکہ اگر مجبوروں سے بچاؤ ہو سکے۔ تو بچوں کے لئے کھڑاؤں بہتر ہیں۔ علاوہ ازیں سخت سردی گرمی سے بچا کر ننگے پاؤں چلانا بھی بہ وقت احساس

کی بدولت دماغ پر عمدہ اثر ڈالتا ہے ٭ ٹخنوں کو مچھر وغیرہ سے محفوظ رکھنے کے لئے دیسی جوتے کی نسبت بُوٹ بہتر ہوتے ہیں۔ ٹانگوں پر پٹیاں باندھنی سواری، اور سفر کے لئے اچھی ہیں۔ لیکن اتنی سخت نہ ہوں۔ کہ دوران خُون میں روکاوٹ آجائے ٭ سر کو دُھوپ سے صبح شام یکساں محفوظ رکھنا چاہیئے ٭ "واٹر پروف" بنانے کے لئے ایک گیلن "پٹرول" میں "لینولین" یا "وُول فیٹ" پانچ اونس حل کر کے کپڑے کو اس میں ڈبو دو۔ اور پھر نچوڑ کر ہوا میں سُکھاؤ ٭ اس طرح پر بنایا ہُوا کپڑا دُھوپ اور بارش میں بغیر نقصان دہ اثر کے پہنا جاسکتا ہے۔ کیونکہ تبخیر کو نہیں روکتا۔ لیکن بارش سے محفوظ رکھتا ہے ٭ دُوسرا طریقہ یہ بھی ہے۔ کہ کپڑے کو اُلٹی طرف سے صابون کے ہلکے عرق سے تر کرو۔ جب خشک ہو جائے۔ تو پھٹکری کے عرق سے تر کر دو ٭ کمبل کی خُوبی اس کی تنگ بُنتی اور بوجھ پر منحصر ہے۔ گویا روشنی کی طرف دیکھنے سے اس میں چھید نہیں نظر آنے چاہئیں۔ اور تھپکنے سے خاص آواز نکلنی چاہیئے ٭ بستر کی چادر بجائے رنگین ہونے کے سفید ہو۔ تو غلاظت نظر سے چھپی نہیں رہتی ٭ بچوں کے کپڑوں پر "سیفٹی پن" کی جگہ ہمیشہ فیتہ اور بٹن لگانے چاہئیں۔ اور کرتے کا گلا بالخصوص تنگ نہیں ہونا چاہیئے ورنہ عروق پر دباؤ پڑنے سے دماغ کے دوران خون میں فتور واقع ہوسکتا ہے ٭ کپڑوں کا غلیظ پانی میں دھونا یا کسی دوسرے شخص

(حاشیہ صفحہ ۲۳۷ عـــ) اہل ہند کے جلد کی سیاہ رنگت (پگمنٹیشن) کیمیائی شعاعوں کے مضر اثرات سے محفوظ رکھنے والا قدرتی عطیہ ہے۔ جسکی عدم موجودگی کی وجہ سے یورپین اشخاص اور ٹھل بھری کے مریضوں کو دھوپ میں کام کرنے سے سخت تکلیف ہوتی ہے ٭ چونکہ ناکافی "پگمنٹیشن" کیمیائی شعاعوں کو اندر گذارنے سے دماغی تحریک کا باعث ہوتا ہے۔ اس لئے لگاتار کام کرنے میں جہاں سفید رنگ کے لوگ ناکارہ ہو جاتے ہیں۔ وہاں گندمی رنگ والے ہمیشہ کامیاب ہوسکتے ہیں ٭

کے پہنے ہوئے کو بغیر صاف کرنے کے پہننا جلد کی بیماری یا دیگر قسم کی متعدی امراض کا باعث ہو سکتا ہے۔ جیسا کہ اکثر حجام کے آلات (اُسترہ و کنگھی وغیرہ) کی ٹھیک صفائی نہ ہونے سے بھی کئی قسم کی بیماریاں منتقل ہو آتی ہیں۔ اسی لیئے کہا گیا ہے۔

کہن جامئہ خویش پیراستن + بہ از جامئہ عاریت خواستن +

نیز دھوپ میں آنکھوں پر سیاہ چشمہ لگانا مفید کہا گیا ہے +

(۵) سندھیا (رسم کا دھیان کرنا)

دُکھ میں سب ہر کو بھجیں سُکھ میں بھجے نہ کوء
جے سُکھ میں ہر کو بھجیں تو دُکھ کاہے کو ہوء

اگرچہ یوں تو ہر ایک مذہب میں پرماتما کی بھگتی ہر قسم کے دُکھوں کو دُور کرنے والی بیان کی گئی ہے۔ لیکن بغور دیکھا جائے۔ تو اسکی ماہیت بہت کم اصحاب کو معلوم ہے۔ چنانچہ یہی وجہ ہے۔ کہ عوام الناس نمائشی رسوم کو ہی عبادت الٰہی سمجھ بیٹھے ہیں۔ حالانکہ درحقیقت یہ عمل صرف دل سے تعلق رکھتا ہے بقولیکہ:۔

مالا پھیرت جگ مُوا مٹا نہ من کا پھیر + کر کا منکا پھینک کر تو من کا منکا پھیر +

نماز و سجدہ بر محراب ابروئش روا باشد
چہ سود از حرکت بیجا کہ بنشینی و برخیزی؟

چونکہ اندرونی اور بیرونی دنیا کے درمیان اور ان دونو سے سندھ ہونے کی وجہ سے حضرت انسان کا حقیقی درجہ پیغمبر کا سا ہے۔ اس لیئے حرف مشدّد کی طرح اس کی دال بھی اسی صورت میں گلتی ہے۔ جبکہ گنگا جمنا کے سنگم پر اشنان کرے۔ یعنے دونو پہلوؤں کے فرائض کی ادائیگی میں چوکنا رہے:۔

سین انسان گر بیفتد از میان
اول و آخر نہ باشد غیر زاں

(۱) ضرورت:۔ ممکن ہے۔ اکثر اصحاب ورسندھیا کے نام

سے حیران ہوں۔ کہ صحت جسمانی کے سادھنوں میں اس کا کیا مطلب ؟ لیکن اگر چند لمحوں کے لئے بھگوان کرشن کے کتھن انوسار (بھگوت گیتا ادھیائے ۲ شلوک ۵۴) شنیدہ امور کے توہمات و تعصبات سے بالاتر ہو کر دیکھیں۔ تو معلوم ہوگا۔ کہ جس طرح اشیاء عالم کے طبعی خواص کا انحصار ان کے مفردات کی کیمیائی "ترکیب" پر ہی نہیں۔ بلکہ ان کے ذرات کی "ترتیب" پر بھی ہے (جیسا کہ فاسفورس کی دو اقسام کو باہمی اوصاف میں از حد اختلاف رکھتے ہوئے بھی صرف "حرارت" کی بدولت ایکتا میں لانے اور لوہے کی برقی طاقت کے ذریعے مقناطیس بنانے سے ظاہر ہے) ویسے ہی جسم انسانی کبھی نہ صرف بیرونی اشیا کے اثرات سے ہی موثر ہوتا ہے۔ بلکہ اندرونی خیال سے بھی اثر پذیر ہوتا ہے۔ جس کا بجلی سے مشابہ ہونا ظاہر کیا جا چکا ہے۔ چنانچہ ایسا کون شخص ہے۔ جس نے رنج و راحت کی صورت میں جذبات قلبی کا نقشہ خط و خال پر نمایاں نہ پایا ہو۔ مثلاً خوف کے مارے چہرہ زرد۔ حلق خشک۔ دل میں دھڑکن۔ جلد پر پسینہ۔ پیشاب و پاخانہ کا خطا ہونا۔ چیخ نکلنا۔ سکتے کی حالت ہونا حتےٰ کہ بعض اوقات جان تک نکل جاتی ہے * کرودھ کی حالت میں نبض میں تیزی آنا۔ چہرہ کا سُرخ ہونا۔ حرکات اعضاء میں بے اختیاری ہو جانا۔ حافظے اور عقل کے روپوش ہونے سے واہی تباہی بکنے لگ جانا اور ناکردنی امور کو بیٹھنا وغیرہ * اور کام یعنے شہوت نفسانی کے خیال آتے ہی خاص اعضاء میں حرکت اور اشتیاق وصل میں مبتلاء جنوں ہونا۔ بُھوک کا جاتے رہنا وغیرہ علامات نمودار ہوتی ہیں۔ بقولیکہ :-

عاشقاں را نہ نشاں است اے پسر! رنگ زرد و آہ سرد و چشم تر
کم خور و کم گفتن و خفتن حرام؛ انتظاری بیقراری درد سر

غرضیکہ شک و شرم۔ فکر و غم۔ حسد و نفرت یا عشق و رغبت خواہ کسی قسم کا جذبہ ہو۔ انسان کے اطوار و رفتار۔ گفتار و کردار پر اتنا اثر پیدا کر دیتا ہے۔ کہ اکثر دانا بیرونی شکل سے اندرونی خیالات کا اندازہ کر لیتے ہیں۔ گویا صورت سیرت کا ہی خول ہے:۔

بقولیکہ:۔ سہ آدمی پہچانا جاتا ہے قیافہ دیکھ کر ۔۔

خط کا مضموں بھانپ لیتے ہیں لفافہ دیکھ کر ؞

بھگوت گیتا کا پہلا ادھیائے اسی صداقت کا مظہر ہے۔ کہ "کس طرح ارجن جیسا بہادر "سپاہی" صرف خیالات کی بدولت ناقابل جنگ ہو گیا؟" جس پر کہ بھگوان کرشن کو "سم" "روپ" یوگ" کا اپدیش کرنا پڑا + (گیتا $\frac{\text{ادھیائے ۶}}{\text{شلوک ۳۳}}$) +

دیگر۔ "ہپناٹزم" کا طریق علاج بھی قوتِ خیال کے زندہ ہونے پر روشنی ڈالتا ہے۔ جس سے یہ ثابت ہوتا ہے۔ کہ نہ صرف صحت کا قائم رکھنا ہی بلکہ بیماری کا دُور کرنا بھی خیال سے ممکن ہے + چنانچہ اسی اصول پر بعض اصحاب کی رائے ہے۔ کہ انسان اگر اپنے خیالات کو درست رکھے۔ تو وہ ہمیشہ پانچ برس کی عمر کا ہی بنا رہے (جتنی دیر میں کہ اس کا تمام جسم تبدیل ہو کر نیا بن جاتا ہے) جیسا کہ سنت کمار وغیرہ رشیوں کی نسبت بیان کیا گیا ہے + صرف اس کے غلط خیالات ہی ہیں۔ جو اس کو بوڑھا بنا دیتے ہیں۔ گویا جس طرح کسی شخص کو اس کے جوان بیٹے کی موت کی "خبر" مصیبت زدہ حالت میں ڈال دیتی ہے۔ خواہ وہ بیٹا درحقیقت زندہ ہی ہو۔ ویسے ہی گو انسان کا جسم ہمیشہ پانچ برس کا ہی رہتا ہے۔ لیکن موسمی تغیرات کا شمار کرنے سے (جو کہ در اصل گردش زمینی کے مظہر ہیں۔ لیکن یہ اپنی ذات سے وابستہ سمجھتا ہے)، بجائے اس کے کہ علمی تجربات کو اپنی زندہ دلی سے شامل کر کے سنسار کو باغ

بہشت بنا کر اس میں بہار لُوٹتا - یہ بتدریج سنجیدگی اختیار کرتا اور بذریعہ اپنے خیالات کے بوڑھا ہوتا جاتا ہے + چونکہ من کا اثر مادہ پر مسلمہ ہے - اس لئے جس قسم کا اندر "سبب" ہوتا ہے - اسی کے بموجب باہر "نتیجہ" ظہور پکڑتا ہے - گویا حبشی کے شیشہ دیکھنے کی طرح اگرچہ مصائب باہر نظر آتی ہیں - لیکن در اصل ان کا بیج جہل کی صورت میں اندر ہوتا ہے + اگر اپنی "مانسک دُنیا" میں بُرے خیالات کے "آسروں" کو نہ گھُسنے دے - تو اس کے "دیوتوک باسی" ہونے میں کیا کلام ہو سکتا ہے + خیالات ہر شخص کی ذاتی جائداد ہیں - لہٰذا نہ صرف خود ہی ان کے پیدا کرنے میں خاص احتیاط کی ضرورت ہے - بلکہ مادی اشیاء کی طرح غیروں کے طرز عمل یا تحریر و تقریر سے بھی اعلےٰ ترین خیالات لینے چاہئیں + کتنے افسوس کی بات ہے - کہ کپڑا میلا ہونے سے تو ہر شخص شرمندہ ہو - لیکن نقص صحت اور خیالات کی غلاظت سے لاپرواہ رہے +

علاوہ ازیں کیمیائی امتحان سے بھی ثابت ہُوا ہے - کہ مختلف جذبات کی تیزی میں نہ صرف پیشاب و پاخانہ کی حالت میں ہی فرق آجاتا ہے - بلکہ پسینہ - تھوک اور دُودھ کے اجزاء میں بھی بمقابلہ صحت کے اختلاف ہو جاتا ہے - حتےٰ کہ بعض صورتوں میں والدہ کا غُصے کی حالت میں بچے کو دُودھ پلانا اس پر مضر صحت یا مہلک اثر پیدا کرنے والا کہا گیا ہے - دریں حالات صاف ظاہر ہے - کہ اپنی جسمانی صحت کے لئے "اپوتر" خیالات (خصوصاً جبکہ مُدت تک لگاتار حملہ آور ہوں) کتنے ضرر رساں ہو سکتے ہیں؟

چونکہ یہ قدرت کا قانون ہے - کہ مادی اجسام کی طرح مانسک خیالات بھی نہ صرف اپنے ہمجنس کو پیدا ہی کرتے ہیں (جسے عادت یا سوبھاؤ کہا جاتا ہے) بلکہ باہر سے بھی ہمجنس کو کشش

کرتے ہیں (جسے تعصب یا میلان طبع کہا جاتا ہے) جس کی بدولت کہا گیا ہے۔ کہ "انسان جو کچھ سوچتا ہے۔ وہی بن جاتا ہے" اس لئے جسم کو اعتدال پر رکھنے کے لئے ضروری ہے کہ انسان "سم" یعنے اعتدال رُوپ برھم کا دھیان کرے۔ یہ وجوہات ہیں۔ جن کو مدنظر رکھ کر صحت جسمانی کے سادھنوں میں "سندھیا" کو خاص جگہ دیگئی ہے +

۲- **ماہیت** :- مگر اب سوال یہ ہو سکتا ہے۔ کہ اس کا طریق عمل کیا ہے؟ سو معلوم رہے۔ کہ گو عام طور پر "سندھیا" سے مُراد ویدوں کے چند منتروں کو صبح شام رٹ لینے سے سمجھی جاتی ہے۔ لیکن در اصل یہ چاروں ویدوں کی تعلیم کا نچوڑ یعنے "برھم یگیہ" کا دوسرا نام ہے۔ جس سے مراد اپنی ہستی کو برھم میں لین کر دینے سے ہے +۔ جیسے کوئی لیکچرار سامعین کے ہردے تک اپنے خیال پہنچانے کے لئے لفظوں کی بدولت اپنی تمام مانسک شکتیوں کو اکٹھا کرتا ہے۔ ویسے ہی یہ منتر تو صرف من کی شکتیوں کو انتشار سے روک کر یکسو کرنے کے لئے ہیں۔ ان کا مفہوم ان کے شبدوں سے بدرجہا اعلیٰ ہے۔ کیونکہ اُس میں تو "آتما۔ جگت اور پرماتما" سمبندھی فرائض کی ادائیگی میں سمان بھاو سے کوشش کرنا شامل ہے۔ تاکہ انسان کو سمادھی اوستھا کی پراپتی ہو + گویا "سمادھی" (سم + آدھی) رُوپ انسانی معراج کی پراپتی کا "سندھیا" (سم + دھیا) ہی ایک لاثانی سادھن ہے + مگر یہ تو کُل کا ذکر ہے۔ یہاں صحت جسمانی کے ساتھ اس کے جس جزو کا تعلق ہے۔ اس سے صرف یہ مُراد ہے۔ کہ ہر شخص ان اوصاف اعلیٰ کو جیون میں دھارن کرے جو کہ انسانی زندگی کی "ابجد" یعنے بچپن کی بہشتی زندگی سے مخصوص ہیں۔ مثلاً "زندہ دلی"۔ "بے ریائی" "بشواس" +

## زندہ دلی

زندگی زندہ دلی کا ہے نام
مُردہ دل خاک جیا کرتے ہیں

اگرچہ عام بول چال میں ظریف طبع شخص کو زندہ دل کہا جاتا ہے۔ لیکن درحقیقت اس سے مُراد انسان کے دل میں اوصاف زندگی (گیان وکرم) کے جوش مارنے یعنے آنند اور پریم کا جیون بسر کرنے سے ہے۔ گویا نہ صرف اس کی بانی ہی "اوم آنند" سے شروع ہو کر "شانتی شانتی" پر ختم ہوتی ہے۔ بلکہ جس طرح بچہ آزادی اور بیفکری کا جیون بسر کرتے ہُوئے بھی گُڈیا کو آتم سمان سمجھتا ہے۔ ویسے ہی زندہ دل شخص ہر وقت آتمک آنند میں مگن رہنے کا آنکھوں کی مُسکراہٹ سے اظہار کرتے ہُوئے بھی دوسروں کو لطیف راحت پہنچانے والی اپنی شکتیوں کو کام میں لاتا رہتا ہے۔ سچی زندگی اور صحت کامل ایسے ہی اصحاب کا حصّہ ہے:-

ہرگز نمیرد آنکہ دلش زندہ شد بعشق
ثبت است بر جریدۂ عالم دوام ما

اہل فلسفہ کا کلام ہے۔ کہ منش جیون پر "عقل" حکومت نہیں کرتی (کیونکہ یہ تو آنکھ کی طرح ایک اوزار ہے۔ جو کہ اس آتمک شکتی سے کام میں لایا جاتا ہے۔ جس کا صدر مقام دل ہے) بلکہ تمام دُنیا میں راج کرنے والے آنند اور پریم وغیرہ جذبات ہیں۔ جن کا ظہور براہ راست دل سے ہوتا ہے۔ چونکہ صحت انسانی "زندگی" کا بہترین اظہار ہے۔ اس لئے روحانی اوصاف کا کھُلے طور پر اظہار پانا یعنے زندہ دلی ہی اس کا اعلےٰ ترین سادھن قرار دیا جا سکتا ہے۔ چنانچہ مغربی ڈاکٹر بھی اس امر میں متفق الرائے ہیں۔ کہ ان کا کام صرف اُن روکاوٹوں کو ہی دُور کرنا ہے۔ جو کہ آتمک شکتی کے ظہورِ عمل میں سدراہ

ہوتی ہیں۔ نہ کہ بذات خود "صحت" دُنیا۔ گویا گیان اور شانتی کی طرح صحت جسمانی کا سرچشمہ تو آتما میں ہی ہے۔ لیکن جس طرح "گنگا" سب جگہ ایک ہی جیسی بہتی ہے۔ مگر جو کسان اپنے کھیت والا بند ہٹاتا ہے۔ اسی کے کھیت میں پانی فوراً بھر جاتا ہے۔ ویسے ہی جتنا کوئی شخص وسعت خیالی سے اپنا باطنی دریچہ کھولتا ہے۔ اتنا ہی اس کے اندر آتمک پرکاش ظہور پکڑتا ہے۔ اور وہ صحت پاتا ہے:۔

سے ہے مرگ تیری سگندھ سے بھیو یہ بن بھرپور
کستوری تو نکٹ ہے کیوں دھاوت ہے دُور؟

اسی لئے انسان کا بشاش رہنا اور ہنسنا نہ صرف گذشتہ زمانے میں ہی بلکہ آجکل بھی معاون صحت اور بدہضمی وغیرہ امراض کا بہترین علاج تسلیم کیا گیا ہے۔ بقولیکہ:۔ سے

خنداں رُو بُودن بہ از گنج وگہر بخشیدن است
تا توانی برق بُودن ابر نیسانی مُباش

اگرچہ یہ حالت "قدرتی" ہونے کی وجہ سے بذات خود صحت جسمانی کا "پھل" کہے جانے کی مستحق ہے۔ لیکن آخر درخت بھی تو اسی بیج سے ظہور پاتا ہے۔ جو کہ پھل میں مخفی ہوتا ہے۔ اس لئے یُدھشٹر کے کرودھ نہ کرنے کی طرح (جیسا کہ سوامی رام تیرتھ جی نے رسالہ الف کے چوتھے پانچویں نمبر میں بیان فرمایا ہے) اگر انسان خود بھی اپنی قوت ارادی کو کام میں لائے۔ تو اس قدرتی ورثہ کو حاصل کرنے پر ان تمام آفات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ جو کہ بصورت دیگر پیش آنی ممکن ہے۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے دیش بھگتی کے مضامین کو یہاں تک دل میں جگہ دینی چاہیئے۔ کہ عملی زبان سے اس شعر کا وِرد ہونے لگ جائے:۔

سے غم وغصہ ورنج واندوہ وحرماں، یہ ہوائے مُسرّت اُڑا لیگئی ہے +

اور جس طرح شمع سے نور برستا ہے۔ ویسے ہی اس سے سرور برسے۔ جو کوئی اس کے تعلق میں آجائے۔ بچے کی سی منموہنی صورت کو دیکھ کر پریم کے رنگ میں رنگا جائے ۔ چونکہ رنجیدہ دل شخص نہ صرف اپنے جسم پر ہی خراب اثر ڈالتا ہے۔ بلکہ متعدی امراض کی طرح اپنے ملنے والوں پر بھی ایسا ہی اثر رکھتا ہے۔ اس لئے دوسروں سے ملتے وقت بالخصوص ضروری ہے۔ کہ چہرہ پر بشاشت برستی ہو۔ ورنہ پلیگ زدہ مریض کی طرح اخلاقی مجرم کہا جائیگا:۔

روئے کہ زوولے نکشائید نہ دیدنی است
حرفے کہ نیست مغز درو ناشیدنی ست

مطلب یہ ہے۔ کہ فرحت قلبی سے بڑھ کر دُنیا میں انسان کے لئے اور کوئی مفرح دوا نہیں ۔ چنانچہ اس باطنی راحت کے ہی حصول کا جنوں ہے۔ کہ عوام الناس "بھُوت بھگتی" (افراط مادی اشیاء) کے شکار ہو رہے ہیں۔ گویا جس طرح کوئی شخص اپنی ذات میں دلکش وصف نہ پاکر اپنی سواری کے گھوڑے کی ہی دُم کاٹ دیتا ہے۔ تاکہ "خلاف قدرت" ہونے سے لوگ اس کی طرف دیکھیں۔ ویسے ہی اس اندرونی "فوق القدرت" راحت کے حصول کا اشتیاق ہے۔ کہ انسان کہیں لذات نفسانی کے اور کہیں جاہ وحشمت کے پیچھے مارا مارا پھر رہا ہے۔ بمصداق:۔

پائے سگ بوسید مجنوں خلق گفتہ ایں چہ بود
گفت گاہے ایں سگے در کوئے لیلےٰ رفتہ بود

چونکہ تکالیف ہمیشہ قانون شکنی اور بے آہنگی کا نتیجہ ہوتی ہیں ۔ اور اپنے تئیں "محدود جسم" خیال کرنے سے نہ صرف اسکی ضروریات کے عدم حصول۔ امراض اور موت کا ہی خوف دامنگیر رہتا ہے۔ بلکہ اس کی خوشی حاصل کرنے کی غرض سے لواحقین سے بھی رغبت و

نفرت کے تعلقات پیدا ہو جاتے ہیں۔ جس سے آخیر میں مایوسی۔ حسد۔ انتقام اور کینہ وغیرہ کے ناقص جذبات ظہور پکڑتے ہیں۔ اور انسان بجائے زندہ دلی کے مُردہ دلی کا شکار ہو جاتا ہے ؛ اس لئے صاف ظاہر ہے۔ کہ ہم آہنگی کے طالب کو بجائے "مادی" جسم کے اپنے دل میں "چیتن" آتما کو جگہ دینی چاہئے۔ جس کا کہ ہر طرف یکساں ظہور ہو رہا ہے ؛ یہی (سمدرشی ہونا) "قانون پرستی" اس کو دنیاوی قیود سے سوراجیہ دلانے کا سادھن ہو سکتی ہے۔ بقولیکہ :۔

ے رکھتا ز بسکہ جیفہ دُنیا سے ننگ ہوں ؛ پارس کبھی ہو تو سمجھتا مردا سنگ ہوں
ہوں وہ شگفتہ دل کہ نہ دوزخ سے تنگ ہوں ؛ آہن کی طرح آگ میں بھی لالہ رنگ ہوں

اسی "قانون وحدت" کو رشی لوگ ویدانت ودیا اور مغربی فلاسفر "سوشیالوجی" یعنے سماجک ودیا کے نام سے موسوم کرتے ہیں ۔ کیونکہ جس طرح اتھاہ سمندر میں تمام ندیاں سما جاتی ہیں۔ ویسے ہی تمام دنیاوی علوم یعنے سائنس کی مختلف شاخیں اس میں انجام پاتی ہیں + اسی سے انسان پر یہ روشن ہوتا ہے۔ کہ اس کا تمام کائنات سے یا مُنش سماج سے ویسا ہی تعلق ہے۔ جیسا کہ کُل سے جزو یا جسم سے عضو کا۔ گویا نہ دوست اپنا ہے نہ دشمن پرایا ہے۔ بلکہ دونو اسی کی ذات حقیقی کے خاص مظہرات ہیں + گھر کے جھاڑنے اور سنگار نے والے کی طرح دونو اسی کے مفید مطلب خدمات سرانجام دینے کے سادھن ہیں۔ بقولیکہ :۔

ے بر من از روشن دلی وضع جہاں ہموار شُد
خار در پیراہن آتش گلستاں میشود

اپنے تئیں سماج سے علیحدہ سمجھنا ویسے ہی ہے۔ جیسے سوپن اوستھا میں اپنے جسم کو عالم خواب سے علیحدہ سمجھنا یا سُراب کے دھوکے میں خشکی کو پانی خیال کرنا۔ کیونکہ نہ صرف سلسلہ وکاش میں

بجائے شخصی غلامی اور حکومت کے قوموں کے بادشاہ اور غلام
ہونے نے ہی "قومی توحید" پر صداقت کی مُہر لگا رکھی ہے۔ بلکہ حواس
انسانی کا "دروغگو" ہونا بھی سائنس کی ہر ایک شاخ نے ثابت کر دیا ہے
گویا نہ صرف یہ تمام مظہرات عالم سے ہی وقوف نہیں دیتے (جیسے برقی
یا مقناطیسی لہروں کے احساس کی عدم موجودگی سے ظاہر ہے) بلکہ اکثر
صورتوں میں جو علم بہم پہنچاتے ہیں۔ وہ کبھی زمین کے گرد سُورج کے
گردش کرنے کی طرح حقیقت سے بالکل برعکس ہوتا ہے + اس
لئے ان کی بنائی ہوئی "شخصی علیحدگی" پر یقین نہ کرتے ہُوئے اسی
"پر اودیا" کی بدولت دوست و دشمن کی تمیز سے بالاتر ہوکر وہ سچے
پریم کا مظہر ہوتا ہے۔ بمصداق:۔

؎ عشق بر یک فرش بنشاند گدا و شاہ را
سیل یکساں میکند پست و بلندئے راہ را

اور جس طرح اپنی زبان کے دانتوں تلے دب جانے سے
ان کے نکالنے کا کسی کو خیال نہیں آتا۔ ویسے ہی کسی کی طرف سے
بظاہر ناپسندیدہ سلوک ہوتا دیکھ کر بھی سچے پریم کے جذبے سے
بیتاب ہوکر وہ کسی طرح سے انتقام کا نہیں۔ بلکہ اس کی اصلاح
کے لئے ہی ساعی ہوتا ہے + یا جس طرح بچے کی نامناسب حرکت
بھی ماتا کے پیار بھڑکانے کا ہی کارن ہوتی ہے۔ ویسے ہی
"آتم انبھوی" پورش بھی مہربانی کی تلوار سے ہی دشمنوں کو قتل کرتا
ہے:۔ ؎ نیکی سدا کیا کر اس کی بدی کے بدلے
قتل عدو کے قابل شمشیر ہے تو یہ ہے

کیونکہ نہ صرف اس سے وہ خود ہی غُصّے کی آگ میں نہیں جلتا۔
بلکہ سنسار میں بھی شانتی کا بیج بوتا ہے + ع "لطف کن لطف کہ بیگانہ شود حلقہ بگوش"
"قانون کرم" اسی امر کا مظہر ہے۔ کہ جو شخص یہ چاہتا ہے۔ کہ دُنیا
اس سے پریم کرے۔ اس کا فرض ہے۔ کہ پہلے وہ دُنیا کو پریم کی

نگاہ سے دیکھے:-

۵ جو تجھ کو کانٹا بوئے تو واکو بو پھول
تجھ کو پھول کا پھول ہو واکو ہو ترشول

جس شخص کا دل کینہ و کدورت سے بالکل پاک ہو۔ اس کو دنیا کی کوئی شے ضرر نہیں پہنچا سکتی۔ ہاں اگر کوئی شخص دراصل نیکی سے بھرپور نہ ہو۔ اور گمان کر بیٹھا ہو۔ کہ میں سراپا خیر ہوں بالفاظ دیگر زر خالص (سچا) نہ ہو۔ بلکہ ملمع ہو۔ تو اس کو آتش امتحان سے ضرور نقصان پہنچیگا۔ مگر خالص سونا تو آگ میں اور بھی چمکیگا۔ دشمنوں کو دوستوں سے اعلےٰ درجہ دینا اگر بھگوان ع۱ سے مخصوص ہو۔ تو انسان کے لئے کم از کم دونو کو برابر درجہ دینا تو ضروری ہے۔ گوپیوں کو بنسی کی گتوں سے محو کرنے اور سنیاسیوں کو گیتا سنا کر وجد میں لانے والا کرشن اگر تمام اہل ہند کے چرن دھونے کی "ڈیوٹی" میں فخر سمجھتا اور مریادا پرشوتم کا خطاب پاتا ہے۔ تو کوئی وجہ نظر نہیں آتی۔ کہ اس کے نام لیوا اپنے خاص ہموطنوں (شودرت جو قوم کے پاؤں کا کام دیتے ہیں) سے چھونے میں ہی دھرم کھو بیٹھیں گے۔ بھگوان رام اگر اپنے دشمن (راون) کے بھائی کو مفتوحہ ملک کا راج عطا کرنے سے نہیں جھجکتے۔ تو ان کے نام پر فخر کرنے والے کیا آپس میں بھی پریم کا بھاؤ نہیں رکھ سکتے؟-

---

ع۱ پورانوں میں بیان کیا گیا ہے۔ کہ "جے اور بجے نامی دواریال جو سراپ کی بدولت انسانی جسم لینے کے لئے مجبور ہوئے تھے۔ جب نارائن سے اپنی موکش کا اوپائے پوچھنے گئے۔ تو آپ نے فرمایا۔ کہ اگر مجھ سے پریم کا بھاؤ رکھوگے۔ تو سات جنم میں اور اگر ویر بھاؤ رکھوگے۔ تو تین جنم میں مکتی ہوگی"۔ مطلب یہ کہ جو شخص اپنے دشمنوں کو دوستوں سے بڑھ کر درجہ دینے کو تیار ہے۔ وہ سچ مچ بھگوان کا ہی روپ ہے۔

۵؎ پدرم روضہ رضواں بدو گندم بفروخت
ناخلف باشم اگر من بجوے نفروشم

جس طرح بُرف[۱] اور بھاپ ایک ہی حرارت کے دو مظہرات ہیں اندھیرا اور اوجالا ایک ہی روشنی کے مختلف درجات ہیں۔ کمزوری وطاقت ایک ہی کیفیت کی دو صورتیں ہیں۔ جہل و علم ایک ہی شکتی کے دو نظارے ہیں۔ ویسے ہی دوست اور دشمن بھی بچپن اور بوڑھاپے کی طرح وحدت حقیقی کے دو پہلو ہیں۔ گویا اختلاف نفسانی دراصل تغیرات زمانی کی ہی دوسری شکل ہے۔ چنانچہ اپنے ہمعُمر کی طرح جو شخص اپنا ہمخیال ہوتا ہے۔ وہ دوست سمجھا جاتا ہے۔ اور جو مخالف رائے رکھتا ہے۔ وہ دشمن کہلاتا ہے۔ اس لئے جب کوئی بُرا آدمی نظر آئے۔ تو سمجھنا چاہیئے۔ کہ وہ آپ کا ہی چھُٹپن کا ننھا اور پیارا اپنا آپ ہے۔ نفرت کیسی؟ آئیندہ دس سال کے مطالعہ سے آپ فاضل بن سکتے ہیں۔ لیکن تب کیا اس وقت کے اپنے آپ کو "بوالفضول" کہنا پسند کرینگے؟ ہرگز نہیں۔ پس زینۂ ارتقا کے علیحدہ علیحدہ مدراج پر چلنے والے اصحاب کو بُرا یا بھلا ہونے کا فتوے لگانا کیونکر جائز ہوسکتا ہے؟ ضرورت ہے۔ کہ ان کی ذاتی وحدت کو چشم باطن سے دیکھ کر پریم کا پیالہ پیا جاوے:۔

[۱] سائینس بتاتی ہے۔ کہ سیال آکسیجن میں، اگر برف کا ٹکڑا گرایا جاوے۔ تو وہ ویسے ہی اُبلنے لگ جاتی ہے۔ جیسے سُرخ گرم لوہے کو پانی میں ڈالنے سے یہ اُبل پڑتا ہے۔ اسی سے صاف ظاہر ہے کہ برف حرارت کا ہی ایک مظہر ہے + رات جو انسان کو تاریک نظر آتی ہے۔ بلی چیتے وغیرہ کے لیئے ویسا ہی کام دیتی ہے۔ جیسے انسان کے لئے دن ہو + اہل ہند جو انگریزوں کے بالمقابل کمزوری کا اظہار کرتے ہیں۔ اپنی عورتوں یا شودروں کے سامنے غضب کی طاقت دکھاتے ہیں۔ پرائمری سکول کا مدرس جو مبتدی طلبا کے سامنے علم مجسم ہوتا ہے۔ کالج کے طلبا کی نگاہ سے جاہل کہا جا سکتا ہے +

س جا گھٹ پریم نہ سنچرے سو گھٹ جان مسان
جیسے کھال لوہار کی سانس لیت بن پران

اسی "قانون محبت" کی بدولت جو کہ پرمارتھ میں عین وحدت (گیان سوروپ) اور بیوہار میں پریم کا روپ دھارن کئے ہوئے ہے انسان خود دیوتا بنتا اور دوسروں کو مخالفت کے بھاؤ سے بچا کر دیوتا بنا سکتا ہے۔ چونکہ خوبی ہر شے میں ہے۔ اور اسی کا دیکھنا خدا کا دیکھنا ہے۔ اس لئے جتنا کوئی کسی سے پریم کرتا ہے۔ اتنا ہی وہ خدا کو دیکھتا ہے۔ پس ہر ایک کو پریم کرنے والا خدا کو پورے طور پر دیکھنے والا ہے۔ اسی بھگوت درشن کی بدولت دھرم پتر یدھشٹر نے دریودھن کو جبکہ وہ بنوں میں ان کو ہی ستانے کی غرض سے آتے ہوئے اتفاقاً گندھروں کے پنجے میں پھنس گیا تھا۔ مخلصی دلوائی تھی۔ بقولیکہ :-

س جائے خود چوں مہرۂ شطرنج خالی میکنم
دشمن من میشود در خانہ ما میہماں

کیونکہ وہ جانتا تھا۔ کہ جس طرح غیر کے حملوں سے اپنا جسم محفوظ رکھنا انسان کا فرض ہے۔ ویسے ہی غیر کی ناپسندیدہ حرکات سے اپنے من کو بھی غم و غصہ سے پاک رکھنا اس کا دھرم ہے۔ بلکہ سچا دھرم ہی یہی ہے۔ باقی تمام فرائض اس کے اپنے ہی فرض کئے ہوئے ہیں۔ کیونکہ جس قسم کی حالت زندگی میں یہ اپنے تئیں ڈال دیتا ہے۔ اسی کے متعلقہ اس کے فرض ہو جاتے ہیں سب سے اعلٰے اور عالمگیر انسانی فرض اس کا اپنی مانسک اوستھا کو ہی شدھ رکھنا ہے۔ جو کہ اس کو دوزخ یا بہشت کا باشندہ بناتی ہے۔ ایک محقق کا کلام ہے۔ کہ اگرچہ انسان کو اپنی محدود زندگی میں بیشمار مصائب برداشت کرنی پڑتی ہیں۔ لیکن کثیر التعداد ان میں سے ایسی ہوتی ہیں۔ جن سے اسے کبھی

واسطہ نہیں پڑتا۔ گویا "پیش از مرگ واویلا" کے طور پر اکثر
یہ اپنے خیالات کی کدورت یعنے غلط فہمی سے ہی مبتلاء کلفت
ہوجاتا ہے۔ جیسے کہ دریودھن نے اندر پرست میں پانڈو
کے محل کے اندر تفریح طبع کے سامان یعنے آب شراب کو دیکھ
کر کپڑے اُتارنے پر شرم کی تکلیف اٹھائی تھی۔ کسی نے
دُنیوی تکالیف کے توہمات کی نسبت خوب کہا ہے:-

سہ مصری کی تو بنی رچی رنگ رہ پیتا ماٹہہ
کھان لگو جب بھرم تج سو تب کڑوی مانہہ

کیونکہ باوجود اس کے کہ تمام اہل عالم کی عقل کائنات کے
خاص واقعات کے مطالعہ کا نتیجہ ہونے سے اس کے پردے
میں "عالم کُل" کا پتہ دیتی ہے۔ ادھر ہر ایک شئے میں انسانی
ضروریات اور راحتوں کا سامان مہیا ہونا اس کے "رحیم" ہونے
پر دلالت کرتا ہے۔ تاہم جس طرح خوبصورتی مجسم کو بھی جزوی
نگاہ رکھنے والا شخص خال سیاہ یا زلف کے دیکھنے سے "بدصورت"
قرار دیتا ہے۔ یا کنوئیں کا مینڈک بباعث اپنی محدود واقفیت
کے سمندر کے مینڈک کی باتوں پر اعتبار نہیں کرتا۔ بلکہ جھوٹا
سمجھ کر اس سے نفرت کرتا ہے۔ ویسے ہی ہر شخص چونکہ اپنی
اپنی خیالی دُنیا میں قیام کرتا ہے۔ جو کہ حواس کی محدود طاقت اور
ناکافی واقعات کے علم سے بنائی جاتی ہے۔ اس لئے بذاتہ
کوئی حادثہ خواہ کتنا بھی برکت کا باعث کیوں نہ ہو۔ مگر محدود العقل
شخص اس کو تکلیف دہ ہی سمجھتا ہے۔ پس "زندہ دلی" کے
حصول کا بہترین طریقہ صرف یہی کہا جا سکتا ہے۔ کہ تعصب
کی دیواروں کو توڑ کر "عالمگیر سچائی" کا نہ طالب صادق ہو۔
جو کہ "نقطۂ نگاہ" کے اختلاف سے مختلف صورتوں میں جلوہ نما
ہو رہی ہے۔ اور "زندگی" کے نیم انوسار جس طرح بیج کھاد سے

مناسب اجزا کو ہضم کر کے اپنی صورت دیتا ہے) "خوبئے مجسم"
بننے کے لئے دوسروں کی خوبیوں کو جذب کرنے کی کوشش کرے
اگر دوسرا شخص اپنی "ڈیوٹی" نہیں کرتا۔ تو آپ اپنے "شانت چت"
رہنے کے دھرم کو چھوڑ کر ایک کی جگہ دو گنہگار کیوں بنائیں ؟
علاوہ ازیں ممکن ہے۔ کہ وہ اپنی فطرت سے مجبور ہو۔ اس لئے
کوئی وجہ نہیں۔ کہ آپ اپنی فطرت کو چھوڑ کر دوسرے کی نامعقول
طور پر نقل کرنے سے تکلیف اٹھائیں۔ "بچہ آدمی کا باپ" کہا جاتا
ہے۔ گو اس سے کتنی ہی غلطیاں کیوں نہ ظاہر ہوں۔ تاہم کیا کوئی
بچپن کو گناہ قرار دے سکتا ہے ؟ ہرگز نہیں۔ بلکہ پریم اور ہمدردی
کا ہی مستحق سمجھتا ہے۔ ویسے ہی فطرت انسانی باوجود اپنے
اختلاف مظہرات کے اس امر کا تقاضا کرتی ہے۔ کہ سچی راحت
حاصل کرنے کے لئے "قانونِ محبت" سے ہم آہنگی کی جائے +
چونکہ کسی غرض سے لئے محبت کرنا انسانی نگاہ کے ویسے ہی
ادنے (جسمانی) ہونے پر دلالت کرتا ہے۔ جیسے کرم کا کسی
پھل کے لئے کرنا۔ اس لئے عام طور پر اس کا نتیجہ بھی تکالیف
اور مایوسی کی صورت میں ہی نظر آتا ہے +۔ اور یہاں پر غرض
دائمی راحت کا سادھن بیان کرنے سے ہے۔ پس جس طرح
دھرم کو دھرم کی خاطر پیار کرنے کی ہدائت ہوتی ہے۔ ویسے
ہی پریم بھی پریم ہی کی خاطر ہونا چاہیئے۔ نہ کہ تجارت کے طور پر۔
بمصداق :۔ جہاں ہووے پیار .... وہاں نہ کریں بیوپار۔ کیونکہ
تمام تکالیف اور غم و غصہ کی بنیاد ایک "خواہش" ہی ہے۔
ایک چاہ کی بدولت ہی بیشمار قسم کے "چاہئے" (مفروضہ فرائض)
کا بوجھ انسان اپنے سر پر اٹھا کر حقیقی فرض (سچے پریم) سے
غافل ہو رہا ہے :۔ چاہ چماری چوہڑی اتی نیچن کی نیچ
تو تو پورن برہم تھا جو چاہ نہ ہوتی بیچ

چونکہ یہ دُنیا "تقسیم محنت" کا میدان ہے۔ اس لئے ہر ایک کو اپنی قابلیت کے بموجب بہترین اشیا پیدا کر کے اپنی سماج کے پیش کرنی چاہئیں۔ یہی اس کا "دھرم" ہے + پھل کی پراپتی اپنے قانون سے زیر اثر آپ ہوتی رہیگی +: یہ دھرم ہی گیان کا پھل اور پریم کا سادھن ہے۔ جس کی بدولت وحدت حقیقی عملی صورت میں جلوہ نما ہوتی اور سوراجیہ سدّھی یا زندہ دلی کی شکتی عطا فرماتی ہے +
المختصر "پریم" کا لکشن "راضی برضا" ہونا ہے۔ بقولیکہ :-

ے کُندن کے ہم ڈلے ہیں جب چاہے تو گلا لے
باور نہ ہو تو ہم کو لے آج آزما لے
جیسی خوشی ہو تیری سب ناچ تو نچا لے
سب چھان بین کر لے ہر طور دل جما لے
راضی ہیں ہم اسی میں جس میں تیری رضا ہے
یاں یوں بھی واہ وا ہے اور ووں بھی واہ وا ہے

یہی پریم "دست بکار و دل بیار" کی صورت میں "سمادھی" کا سچا سادھن ہونے سے "زندہ دلی" کا مظہر ہوتا ہے +: چونکہ اسی زندہ دلی پر انسان کے "ہنس مکھ" ہونے کا انحصار ہے۔ اس لئے جس طرح دُودھ سے پانی کو علیٰحدہ کرنا "ہنس" کا کام ہوتا ہے۔ ویسے ہی نظارۂ کثرت (باطل) میں وحدت ذاتی (حق) کا انبھو کرنے والا "پرمہنس" کہا جاتا ہے +

اور اگر بغور دیکھا جاوے۔ تو عام طور پر جن اشخاص کو زندہ دل (ظریف طبع) کہا جاتا ہے۔ وہ بھی ایک طرح پر "وحدت پرستی" کا ہی اظہار کرتے ہیں۔ کیونکہ کسی خاص لفظ یا جملے سے دو قسم کے خیالات کا وابستہ کرنا (جن سے ایک تو عام معنوں کا مظہر ہو۔ دوسرا ادنےٰ جذبات سے تعلق رکھتا ہو) ہی مذاق کہلاتا ہے۔ یا درجۂ کمال کی بے تکلفی اس کی تعریف میں شامل ہوتی ہے +: مگر

چونکہ بجائے وحدت عملی کے ان کی نگاہ صرف وحدت لفظی تک ہی محدود ہوتی ہے۔ گویا بجائے "سائنس" کے "زباندانی" یا "حقیقت پرستی" کے "بت پرستی" میں ہی گرفتار رہتے ہیں۔ اس لئے جس طرح پانی میں عکس پڑنے سے انسان کا سر نیچے ہوتا ہے۔ ویسے ہی ان جسمانی خیالات میں غرقاب رہنے والوں کو نتیجہ خلاف نماطر پیش آتا ہے۔ بمصداق:۔ "روگوں کا مول کھانسی اور لڑائی کا مول ہانسی"۔ اس لئے حقیقی زندہ دلی کے طالب کے لئے ضروری ہے۔ کہ وہ ہمیشہ اعلےٰ خیالی کا ہی مستانہ ہو۔ گویا خیالاتِ دنیا سے بالاتر ہو کر آتم آنند کی بدولت "پرمہنس" کا روپ دھارن کرے:۔

چیست دنیا از خدا غافل شدن
نے قماش و نقرہ و فرزند و زن

## بے ریائی

زندہ دلی کے بعد دوسرا درجہ بے ریائی کا ہے۔ کیونکہ اول الذکر کا تعلق اگر بالخصوص اپنی ذات سے ہے۔ تو آخر الذکر کا سمبندھ جگت سے ہے۔ یا اول الذکر کا انحصار اگر ستوگنی شکتی کے صحیح استعمال یعنے وحدت کے "گیان" پر ہے۔ تو آخر الذکر سے مطلب رجوگنی شکتی کو مناسب طور پر کام میں لانے یعنے "سمدرشی" ہونے کا "عمل" اظہار کرنے سے ہے۔ کیونکہ ریاکاری یا نندا چغلی وغیرہ ہمیشہ غیر سمجھنے سے ہی ہوتی ہے۔ اپنی ذات سے کسی کو دھوکا بازی یا غیبت کا خیال نہیں آتا:۔

بڑھ کر ہے دیوتاؤں سے وہ بوریا نشیں
جس کے ریاض و زہد میں بوئے ریا نہیں

چونکہ ریاکاری سے مراد جھوٹی نمائش یعنے اپنی فطرت کے برخلاف کرم کرنے سے ہے۔ اس لئے جس طرح کسی عضو جسمانی کا اس کی قدرتی روش کے برعکس مروڑنا سخت تکلیف کا باعث ہوتا ہے۔

ویسے ہی بلکہ اس سے بدرجہا زیادہ تکالیف کا باعث اپنی فطرت کے خلاف عمل کرنے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ کیونکہ اول تو وہ جذبات (کام۔ کرودھ اور جیسے) ہی کافی تکلیف دہ ہوتے ہیں۔ جن کی بدولت یہ عمل ظہور پکڑتا ہے ÷ دیگر۔ نہ صرف ان کو من میں رکھتے ہوئے ان کا اظہار دوسری صورت میں کرنا ہی سخت بےچینی پیدا کرتا ہے۔ بلکہ راز کھلنے پر جو رسوائی نصیب ہوتی ہے۔ وہ اس قدر سختی اور شدت کا روپ لئے ہوتی ہے۔ کہ اکثر اشخاص صرف اس کے خیال سے ہی خودکشی کر بیٹھتے ہیں۔ حالانکہ سچائی کا پرکاش ہونا قدرتی امر ہے :-

چھپتی نہیں ہے بات بناوٹ کی بال بھر
آخر کو کھل ہی جاتی ہے رنگت خضاب کی

علاوہ ازیں ریاکاری نہ صرف کمزوری کے خیال سے پیدا ہوتی ہے۔ بلکہ اس کا نتیجہ اور بھی کمزوری لانے والا ہوتا ہے ÷ چونکہ کمزوری ہی دنیا میں مہاپاپ ہے۔ اس لئے بجائے طاقت دینے کے کمزوری کا باعث ہونے سے بھی یہ مہادکھوں کا کارن ہوتی ہے۔ پس طالب صحت کے لئے لازمی ہے۔ کہ زہریلے سانپ کی طرح اس خوشنما مگر حقیقت میں کھوٹے عمل سے اپنے تئیں بچا کر رکھے ÷

چونکہ ریاکاری کی بنیاد جہالت ہے۔ اس لئے علم حقیقی ہی اس کا صحیح علاج کہا جاسکتا ہے ÷ کیونکہ نہ صرف ہر شے کا ہی دھرم جدا جدا ہے۔ بلکہ جس طرح جسمانی فرق کے سبب سے تمام اشخاص کے لئے ایک ناپ کے کپڑے موزوں نہیں ہوسکتے ویسے ہی مانسک اختلاف کی وجہ سے اخلاقی ہدایات بھی ایک صورت میں سب کے لئے موزوں نہیں ہوسکتیں۔ چنانچہ یہی وجہ ہے کہ جس طرح شخصی حیثیت میں بچپن اور بڑھاپے

کے لحاظ سے فرائض میں اختلاف ہوتا ہے ۔ ویسے ہی ایک طرف اگر مختلف
ممالک میں اخلاق اور فرض کا معیار مختلف پایا جاتا ہے ۔ تو دوسری طرف
ایک ہی ملک کے مختلف اصحاب کے فرائض کا انحصار بھی مختلف درجات
زندگی پر ہوتا ہے ۔ جو کہ اختلاف الطبائع کی صورت میں نمود پذیر ہوتے
ہیں ۔ گویا اپنے ملک کی رکشا کے لئے یُدھ کرنے والا کشتری اسی اعلیٰ
ترین درجے کا مستحق ہوتا ہے۔ جو کہ ویدوں کے سوادھیائے کرنے
والے برہمن کو ملتا ہے ۔ ایسے ہی گرہستی اور سنیاسی اپنے اپنے
دھرم پر چلنے سے موکش کے یکساں بھاگی ہوتے ہیں ۔ دھن کا پیدا
کرنا اتنا ہی نیک کرم ہے ۔ جتنا کہ ودیا کا حاصل کرنا ۔ مطلب صرف
ان کے صحیح استعمال سے ہے ۔ یعنے بھوگوں اور اہنکار کے لئے
نہیں ۔ بلکہ پرا اوپکار کے لئے کام میں لایا جاوے ۔ سائنس بتاتی
ہے ۔ کہ منش ایک "شکتی کا رُوپ بدلنے والی" مشین ہے ۔ اس
لئے اس کا دھرم صرف یہی ہے ۔ کہ طبعی شکتی کو (جو کہ غذا کی صورت
میں استعمال کرتا ہے) اپنی فطرت کے بموجب حتےٰ الامکان اعلیٰ
(روحانی) صورت دینے کی کوشش کرے ۔ خواہ اس سے علم و
راحت نصیب ہو ۔ یا آزادی ۔ جس طرح دنیا میں کوئی شے بُری
نہیں ۔ ویسے ہی بغور دیکھا جائے ۔ تو کوئی کرم بھی بُرا نہیں ۔ صرف
اس کا صحیح استعمال ضروری ہے ۔ حالانکہ آگ کا دھرم جلانا اور
پانی کا دھرم بُجھانا ہونے سے ایک دوسرے کے متضاد ہے ۔
تاہم دونو اشیاء دنیا میں اپنی اپنی جگہ پر قابل قدر ہیں ۔ اسی طرح
فطرت انسان کا حال ہے ۔ خواہ ستوگنی ہو یا رجوگنی ۔ اپنی حیثیت
میں یکساں ضروری ہیں ۔ لیکن چونکہ جس طرح اندھیرے میں آدمی
کو کچھ نظر نہیں آتا ۔ ویسے ہی خاص حد سے زیادہ روشنی ہونے
پر بھی وہ کچھ نہیں دیکھ سکتا ۔ گویا دو انجاموں پر یکساں نتائج ظہور
پذیر ہوتے ہیں ۔ (جس کی اصلی وجہ انسان کی قدرتی جگہ کا پرمانو جگت

اور برہمانڈ کے درمیان ہوتا ہے) یہی حال اس کے علم و عمل کا ہے۔ چنانچہ عملی پہلو سے ایک طرف اگر ہر شخص کو اپنے عقلی طبقہ سے نچلے اصحاب کی گفتگو نا معقول معلوم ہوتی ہے۔ تو دوسری طرف خاص درجہ سے اعلےٰ عقلمند بھی اس کو پاگل ہی معلوم ہوتے ہیں۔ (جیساکہ مسیح۔ سقراط اور بُدھ وغیرہ کے جیون چرتر کے مطالعہ سے پتہ لگتا ہے) علےٰ ہذالقیاس عملی پہلو سے بھی کفر و ایمان کا فتوےٰ وہ سب پر اپنے ہی نقطۂ نگاہ سے لگاتا ہے۔ گویا سب کو ایک ہی لاٹھی سے ہانکنا اور ایک ہی ترازو سے تولنا چاہتا ہے + چونکہ مظہرات عالم میں یہ امر ناممکن ہے۔ بقولیکہ :۔

ے صفحہ دہر پہ یکدل نہ ہُوا ایک سے ایک
دل کے دو حرف ہیں سو وہ بھی جُدا ایک سے ایک

اس لئے بجائے اس کے کہ وہ اپنے اصول فطری پر قیام پاکر اپنی وحدت پرستی کا ثبوت دے۔ بمصداق :۔

ے وحدت میں تیری حرف دُوئی کا نہ آسکے
آئینہ کیا مجال تجھے مُنہ دکھا سکے
تصویر کو مصوّر کھینچے تو کیا مجال؟
دستِ قضا تو پھر کوئی تجھ سا بنا سکے

اس آتمک بھوک کو مٹانے کے لئے غلط راستہ اختیار کرتا ہے اور "گنگا گئے تو گنگارام۔ جمنا گئے تو جمنا داس" بن کر یعنے اپنی فطرت کو چھپاکر بطور سوانگ کے دوسرے رُوپ میں جلوہ نما ہوتا ہے۔ اسی سے بگلا بھگت یا ریاکار کہلاتا ہے + چونکہ روحانی ترقی اور آزادہ روی کے راستے میں اس سے رکاوٹ پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے یہ عمل ممنوع قرار دیا گیا ہے +

اسی "متھیا چار" کو ترک کرانے کے لئے بھگوان کرشن نے ارجن کو ہنسی سے شرمندہ کرتے ہوئے یہ کہا تھا۔ کہ" باتیں تو

عقلمندوں کی سی کرتا ہے۔ لیکن دوسروں کی موت کے نتائج کا خیال
کر کے عمل اپنی فطرت کے خلاف کرنا چاہتا ہے"۔ یعنے جب یُدھ کا بھاؤ
لے کر میدان جنگ میں آیا ہے۔ تو بغیر اس خیال کے کہ ہم جیتینگے یا
وہ؟ ہم مرینگے یا وہ؟ یُدھ کرنا ہی تمہارا دھرم ہے۔" "کشما" صرف اس
کی طرف سے سمجھا جاتا ہے۔ جو کہ بدلہ لینے کی طاقت رکھتا ہو۔ ورنہ
زبردست کے مقابلے میں کمزور کو تو خواہ مخواہ ہی "کشما" کرنا ہوتا ہے۔
ایسے ہی ترلوکی کے تیاگ کا بھاو اس وقت تک کچھ معنے نہیں
رکھتا۔ جبتک کہ اپنا حق حاصل نہ کرلو۔ مطلب یہ کہ اپنے اندرونی
بھاو کے انوسار کام کرو۔ چونکہ شادی غمی یا باہمی میل ملاقات
کے موقعوں پر حد سے زیادہ تکلف کرنا ایک قسم کی ریاکاری ہے
اس لئے جیساکہ شیخ سعدی کی صاف باطنی "نانِ شیراز" کی بے تکلفی
سے ظاہر کی جاتی ہے۔ ویسے ہی سچے پریم کی قدر کرنے اور
تکلفات سے مبرا رہنے کا عادی ہونے سے آپ کے سمبندھ میں
"بدر کا ساگ" اور "سداماں کے چاول" کی روایات زبان زد خاص و
عام ہیں۔ بمصداق:-

ے اے ذوق تکلف میں ہے تکلیف سراسر
آرام میں وہ ہیں جو تکلف نہیں کرتے

مطلب مختصر یہ کہ ایک طرف اگر اپنے من کو کسی کی نسبت
بُرا چِتون کرنے یعنے حسد و عیب چینی وغیرہ سے پاک رکھا جاوے
تو دوسری طرف کسی سے ملتے وقت قول و فعل کو بھی مصنوعی
آرائشوں یا خوشامدانہ پیرائے سے بری رکھنا لازمی ہے۔
اپنے خیال کو ٹھیک ٹھیک ظاہر کرنا ہی "بے ریائی" ہے۔ جو کہ
انسان کو قانون محبت سے ہم آہنگ کرسکتی ہے۔ بقولیکہ:-

ے قطرۂ خون جگر سے کی تواضع عشق کی
سامنے مہماں کے حاضر تھا جو کچھ رکھ دیا

چونکہ بے ریائی بچوں کا قدرتی جوہر ہے۔ اور بھگوان کرشن اس کے خاص پرچارک تھے۔ اس لئے " مائیتھالوجی " کے نقطۂ نگاہ سے ایک طرف اگر آپ کو ہر قسم کی لیلا ئیں بصورت بچپن جلوہ نما کیا جاتا ہے۔ تو دوسری طرف من کی مصنوعی حالت کے تیاگ کرانے کو بھاگوت میں " چیر ہرن لیلا " ( گوپیوں کے ننگا کرنے ) کے نام سے بیان کیا گیا ہے + کیونکہ " گوپی " شبد مرکب ہے ' گو ' اور ' پی ' سے۔ جن میں سے ' گو ' کے معنے اندری اور ' پی ' کے معنے پتی یعنے مالک کے ہیں ( بمصداق :- ۵ سونا لینے " پی " گئے سونا کر گئے دیش .... سونا ملا نہ پی پھرے میرے روپا ہو گئے کیش )
چونکہ اندریوں کا پتی " من " ہے۔ اس لئے صاف ظاہر ہے۔ کہ " گوپی " سے مراد " من " سے ہے + چونکہ منش کا اصلی روپ ہی من ہے۔ اور یہ اپنی اصلی صورت کو تکلفات اور ریاکاری سے ویسے ہی چھپا لیتا ہے۔ جیسے کہ جسم کپڑوں سے۔ اس لئے جس طرح استری کا اپنے پتی کے پاس برہنگی کی حالت میں جانا ان کے ادھی بھوتک پریم کا کارن ہوتا ہے۔ ویسے ہی ادھیاتمک پریم کے لئے منشوں کو لازمی ہے۔ کہ چھل کپٹ سے من کو صاف کر کے ایکدوسرے سے ملیں + اہل ہند کے لئے تو اس اپدیش کی آجکل بھی اتنی ہی ضرورت ہے۔ جتنی کہ مہابھارت سے پہلے تھی :-

کاش ! آج پھر کرشن اوتار لے۔ اور رادھکا جی کی طرح رُوٹھوں کو منانا سکھائے :-

۵ گر ز دست زلف مشکینت خطائے رفت رفت
ور ز ہندوئے شما بر ما جفائے رفت رفت
گر دلے از غمزۂ دلدار بارے بُرد بُرد
درمیانِ جان و جاناں ماجرائے رفت رفت

علاوہ ازیں جس طرح جسمانی صورت کا سب سے علیحدہ ہونا "زندگی" کا نشان ہے۔ ویسے ہی "کیریکٹر" (آچار یا خصلت) میں اصالت کا ہونا زندہ جاوید ہونے کا سادھن ہے۔ گویا کسی کی نقل کرنا ایک قسم کی خودکشی ہے ۔: جتنے "مہاتما" آج تک زمانے میں ہوئے ہیں۔ سب کے سب اپنی فطرت یعنے اندرونی آواز کی ہی پیروی کرنے والے تھے ۔: گو وہ اپنے وقت میں غلطی پر سمجھے گئے ہوں۔ لیکن اس بات کی پرواہ ہی کیا ہے؟ کیونکہ (بقول ایمرسن) بڑے بننے کے تو معنے ہی "غلط" سمجھے جانے کے ہیں ۔: گو یہ عمل مرغوب طبع معلوم ہو۔ کہ پبلک میں عام رائے اور تنہائی میں اپنی رائے کی پیروی کی جائے۔ لیکن سچی شانتی صرف اس میں ہے۔ کہ انجمن میں بھی خلوت کا نظارہ دیکھا جائے۔ یعنے اپنے اصول کو اس مضبوطی سے پکڑا جائے کہ تنتر کے نقش کی طرح خواہ کسی پہلو سے کوئی دیکھے۔ سولہ کلا سمپورن بھگوان کرشن کا ہی روپ نظر آئے۔ بقولیکہ :-

سے جدھر دیکھتا ہوں ادھر تو ہی تو ہے
کہ ہر شے میں جلوہ تیرا ہُو بہُو ہے

کسی کی نقل نہ کرنے کے لئے ایک دلیل یہ بھی ہے۔ کہ کیا جو کچھ سنسار میں ہو رہا ہے۔ وہ سچی خوشی کا باعث ہے؟ اگر نہیں۔ تو کیوں نہ مختلف راستہ اختیار کر کے اپنی زندگی کو نئے تجربے کے لئے قربان کیا جاوے۔ جس سے آنے والی نسلیں عبرت یا فائدہ اوٹھا سکیں۔ یہی سچا آتم یگیہ ہے ۔: اگر جو کچھ زمانے میں ہو رہا ہے۔ وہی ٹھیک ہوتا۔ تو مصلحان قوم و مذہب کی کوئی ضرورت نہ تھی۔ حالانکہ وہ ہر ملک اور ہر زمانے میں ظہور پاتے رہے ہیں۔ جس سے صاف ظاہر ہے۔ کہ ہر شخص کو آزادہ روی کا یکساں حق حاصل ہے۔ صرف اس کا وہم ہی ہے۔ جو

اس کو "ریاکاری" کی طرف متوجہ کرتا ہے + اور اگر مجموعی طور پر دوسروں کی خوشنودی حاصل کرنا ہی اس عمل کا مدعا ہو۔ تو بھی مہادیو کے بیل کی مثال سے اس کا ناممکن الوقوع ہونا ثابت ہے کیونکہ اس پر شو اور پاربتی یکے بعد دیگرے یا اکٹھے چڑھے۔ یا دونو اُتر آئے۔ ہر حالت نے لوگوں نے یکساں مذاق اُڑایا۔ اس لئے صرف اپنی فطرت کی ہی تقلید ہے۔ جس سے کہ انسان شانتی حاصل کر سکتا ہے:-

سے بعذر رو تو بہ تواں رستن از عذابِ خدا
ولیک نتواں از عذابِ مردم رست +

## بشواس

مندرجہ بالا امور کے علاوہ منش کی شانتی کے لئے تیسرا اسادھن "آتم بشواس" ہے جو کہ اس کی محدود ہستی کو عالمگیر شکتی سے ہم آہنگ کرنے اور پرماتما سمبندھی فرائض کی بجا آوری کے لئے تحریک دینے کا باعث بنتا ہے + ایک طرف اگر تمام مذاہب کی بنیاد اس چٹان پر قائم ہے۔ تو دوسری طرف اخلاق بھی اس کے بغیر کہیں کھڑا نہیں ہوسکتا + اسی طاقت کا طفیل ہے۔ کہ اوتار اور پیغمبر ہر زمانے میں قابل پرستش تسلیم کئے جاتے ہیں + اُستاد پر بشواس کرنے سے انسان اگر دنیاوی علم و عمل میں کمال حاصل کرتا ہے۔ تو آدگورو پرماتما پر ایمان لانے سے وہ روحانی طاقت نصیب ہوتی ہے۔ کہ کمزور اور نادار شخص بڑی سے بڑی مصائب آنے پر بھی دھرم سے ایک قدم پیچھے نہیں ہٹتا۔ بقولیکہ:- سے احسان ناخدا کا اٹھائے میری بلا
کشتی خدا پہ چھوڑ دوں لنگر کو توڑ دوں

واقعات عالم پر نظر غائر ڈالنے سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ انسان ایک عجیب قسم کے گورکھ دھندے یا ضدین (انرو چنی مایا)

کے جال میں پھنسا ہؤا ہے۔ مثلاً ہر متنفس کو مرتے دیکھتا ہے تاہم اپنی رکشا کرنے کے لئے مجبور ہے ؛ کائینات کا علم حاصل کرنا ناممکن ہے۔ تاہم اپنی عقل کے گھوڑے کو سرپٹ دوڑائے جاتا ہے ؛ حالانکہ بظاہر سُکھ خود غرضی سے حاصل کرنا ممکن معلوم ہوتا ہے۔ لیکن در اصل اس کا حصول غیر کی تکلیف دور کرنے میں پاتا ہے + ایک طرف اگر سُکھ کے سامان پیدا کرتا ہے۔ تو دوسری طرف دُکھ کے اسباب خود بخود نمودار ہو جاتے ہیں۔ جن کی بدولت بیشمار نوع انسان کے خیر خواہ پیدا ہوئے۔ لیکن تمام دُنیا کے کانٹے نہ آجتک کسی سے اُٹھائے گئے۔ اور نہ ہی آیندہ ان کی بالکل صفائی کی اُمید ہے۔ ہاں البتہ اگر اپنے پاؤں میں جوتا پہنا جائے۔ تو تمام زمین پر چمڑے کا فرش بچھا معلوم ہو سکتا ہے۔ اس کے بغیر ان سے رہائی کی اور کوئی سبیل نظر نہیں آتی + یہی معاملہ آتم بتھو اس کا ہے جس کے بغیر زندگی کا ایکدم قیام بھی دُوبھر ہو جاتا ہے۔ کیونکہ جب آجتک تمام دُنیا علم و راحت یا آزادی کی طالب ہو کر اس کے لئے کوشش کرنے پر حصول کامیابی سے محروم رہی ہے۔ تو سوائے آتما کی اندرونی آواز کے اور کس بات کا یقین ہے۔ کہ ہم ان فطرتی خواہشات کے حصول کی اُمید رکھتے اور زندہ رہتے ہیں ؟ گویا جب تمام دنیا نے آخر کار موت کے ہی مُنہ میں جانا ہے۔ تو سو برس یا پچاس برس کولھو کے بیل کی طرح مصائب کے چکر میں گھومتے رہنے سے کیا فائدہ ؟ کیوں نہ فوراً "خودکشی" کا چھوٹا اور سیدھا راستہ اختیار کیا جائے ؟ در اصل ایکہ مہربان قدرت نے دائمی زندگی تو انسان کی لگاتار کوشش کے باوجود ناممکن الحصول قرار دے رکھی ہو۔ مگر موت کے وسائل اس کثرت سے مہیا کئے ہوں۔ کہ ان سے بچنے کی خواہش ہیں خواہ انسان مر رہے۔ تاہم نہ

بچ سکے۔ مگر یہاں پر صرف "آتم بشواس" ہی کی برکت ہے۔ کہ بچے سے لیکر بوڑھے تک اور نادان سے لیکر فلاسفر تک اپنی موت کا خیال کرنے سے ہی کانپ جاتا ہے۔ علیٰ ہذ القیاس انسانی زندگی کی ہر قسم کی کامیابی اہلِ غور کی نگاہ میں "آتم بشواس" کی بدولت ہی ظہور پکڑتی ہے :-

سے نہ پکڑیں دامن الیاس گردابِ بلا میں ہم
کہ بدتر ڈوب کر مرنے سے ہے جینا سہارے کا

چونکہ پرکرتی کی تموگنی شکتی سے انسانی عقل محدود ہے۔ اس لئے جس طرح کمزور بچہ والدین پر بشواس رکھنے سے سکھی رہتا ہے۔ ویسے ہی منش کی شانتی کے لئے بھی ضروری ہے۔ کہ پرم پتا پرماتما پر بشواس رکھے۔ ورنہ کمزور عقل کا خاصہ ہے۔ کہ جہاں کہیں ایسی لاچار ہو جاتی ہے۔ کہ عقدہ کشائی کے لئے کوئی سہارا نہیں پاتی۔ وہیں بحالتِ مایوسی موت کا دروازہ کھٹکھٹانے کو تیار یعنے خودکشی کی طرف مائل ہو جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ ناستک پن یعنے مادہ پرستی کو "پیسی مزم" کا کارن کہا گیا ہے۔ لیکن اگر سورج سے چاند کے روشنی پانے کی طرح اُس آتم دیو پر بشواس رکھتی ہے۔ جس کے زیر حکم تمام عالم خاص قوانین میں منضبط رہ کر ترقی کر رہا ہے۔ تو ہر ایک بُرائی میں بھی بھلائی سمجھ کر شانتی پاتی ہے۔

بمصداق :- سے بجور ہر چہ آید زدستِ حبیب
نہ بیمار دانا ترست از طبیب

نیز چونکہ اس پرم پتا پر بشواس لانے سے ہی ہر ایک ذی رُوح میں برادرانہ مساوات کا رشتہ نظر آسکتا ہے (جس سے "زندہ دلی" اور "بیریائی" کے علم و عمل کا ظہور ہوتا ہے) اِس لئے سب سے ضروری نکتہ سمجھ کر مایا کے جال سے رہائی کے طالب کے

لئے بھگوان کرشن نے گیتا کے آخیر میں "آتم بشواس" پر ہی خاص زور دیا ہے۔ بمصداق :-

سے ترک کر سب ملتیں لے مجھ اکیلے کی پناہ
پھر میرا ذمّہ ہے ارجن تیرا بیڑا پار ہے

چونکہ عام لوگوں کے خیال میں مغربی سائنس "اندھ بشواس" کی ورودھی ہے۔ اور صرف اُسی بات پر یقین لانے کی ہدائت کرتی ہے۔ جو کہ تجربے میں آسکے"۔ اس لئے یہاں پر اس امر کا اظہار بیجا نہ ہوگا۔ کہ نہ صرف "بشواس" تجربے سے حاصل ہی ہوتا ہے۔ بلکہ جس کا نام سائنس نے "تجربہ" رکھا ہُوا ہے۔ اس کا انحصار بذات خود بھی بشواس پر ہی ہے + کیونکہ عقلِ انسانی (جو تجرباتِ حواس کا نتیجہ ہوتی ہے) اس بات کے ثبوت بہم پہنچانے سے سراسر قاصر ہے۔ کہ سنسار در حقیقت وہی شے ہے۔ جو کچھ کہ "ہم حواس سے محسوس کرتے ہیں" + کیا عالم خواب میں ہر شخص بغیر کسی غیر ہستی کی موجودگی کے ہو بہو ویسا ہی انبھو نہیں کرتا۔ جیسا کہ جاگرت اوستھا میں دیکھتا ہے؟ اس لئے کیا یہ ممکن نہیں ہوسکتا۔ کہ جو کچھ ہم جاگرت میں دیکھ رہے ہیں۔ وہ درحقیقت ایک قسم کا خواب ہی ہو؟ حالانکہ نہ صرف تمام معلوماتِ عالم کے متعلقہ ہی ہمارے حواس غبر نہیں دیتے۔ بلکہ ایک ہی شے کو مختلف حیوانات کے یا مختلف حالتوں میں انسان کے یہ حواس مختلف طور پر ظاہر کرتے ہیں۔ جس سے صاف ظاہر ہے۔ کہ اگر حواس انسانی کی ساخت میں قدرے فرق ہوتا (مثلاً آنکھ کے ڈھیلے کی بناوٹ دوربین یا خوردبین کی سی ہوتی۔) تو دنیا کا نقشہ انسان کے خیال میں بالکل اور کا اور ہوتا + اس لئے صرف "آتم بشواس" ہی ہے۔ جس کی بدولت (خواہ روحانی ہو یا طبعی) کسی قسم کی ترقی ہونی ممکن ہے + یہی وجہ ہے۔ کہ "سندھیا"

کے عامل اپنی زندگی میں اس کو اعلیٰ ترین جگہ دیتے۔ بلکہ اسی کے سہارے زندگی بسر کرتے ہیں ٭ بقول مصنف :-

میرے من کے مندر کی جیوتی تو ہی ہے
اگر تن صدف ہے تو موتی تو ہی ہے
تجھے پانے سے ہی میں ہوں آج ہنس مُکھ
طلب جس کی میں دنیا روتی۔ تو ہی ہے
وہ پرکاش موت کہے سرشٹی جس کے
بنا دھیان کے آیُو کھوتی۔ تو ہی ہے
جگت کے ہے کور چھیتر میں جس کے دم سے
اسر دیوؤں میں جنگ ہوتی۔ تو ہی ہے
تیری شکتی ہی سے ہیں سب جیو چیتن
ستا جڑ میں بھی جس کی سوتی۔ تو ہی ہے

اُوم شم

## نامناسب اشیاء کا تیاگ

"مناسب اشیاء کے گرہن" کا ذکر کرنے کے بعد اب صحت جسمانی کے دوسرے اصول یعنے "نامناسب اشیاء کے تیاگ" کا بیان کیا جاتا ہے۔ جو کہ جسمانی اور بیرونی صفائی کے نقطۂ نگاہ سے دو حصوں پر منقسم ہے :-

(۱) **جسمانی صفائی** :- جسمانی صفائی ساختوں کے اندرونی۔ بیرونی اور درمیانی غلیظ مادوں کے لحاظ سے سہولت بیان کی غرض سے تین صورتوں میں تقسیم کی جاتی ہے :-

(۱) **اندرونی غلاظتیں** :- قبض کے مضر نتائج پیشتر بیان کیئے جا چکے ہیں۔ لہٰذا احتیاج ضروری یعنے حاجت بول و براز وغیرہ کے وقت کسی کار دنیاوی یا شرم وغیرہ کے باعث سستی کرنا ایک طرح سے زہر کھانے کے برابر ہے ٭ پس جہاں ایک طرف خود

عادت کے بموجب ٹھیک وقت پر رفع حاجت کے لئے ضرور جانا چاہئیے۔ وہاں دوسری طرف بزرگوں یا اُستادوں کو شرمسار بچوں اور شاگردوں کے دل پر یہ امر ذہن نشین کر دینا چاہئیے۔ کہ اس وہ قدرتی پُکار کے جواب دینے میں کبھی سُستی نہ کریں۔ علی الصباح اُٹھنا اور حاجات ضروری سے فارغ ہونا طویل العمری کا مختصر نسخہ ہے۔ کیونکہ نہ صرف اس سے سڑاند وغیرہ کی زہر دل کے جاذبے سے ہی انسان بچا رہتا ہے۔ بلکہ چُونے یا فولاد وغیرہ کا جو اخراج آنتوں کے راستے ہوتا ہے۔ ان کے خارج نہ ہو سکنے سے جن خراب علامات کے پیدا ہونے کا امکان ہوتا ہے۔ اُن سے بھی محفوظ رہتا ہے +

"برٹش میڈیکل جرنل" (۸ر اکتوبر سنہ ۱۹۱۰ء) میں پیرس نواسی ڈاکٹر گوبیا کی طرف سے لکھا گیا ہے۔ کہ موجودہ سائنس میں بعض واقعات اور ان سے اخذ شدہ نتائج ایسے بغیر شک کے تسلیم کئے جاتے ہیں۔ جن کو ذرا سی توجہ سے امتحان کرنے پر بھی معلوم ہو جاتا ہے۔ کہ وہ نہ صرف سراسر جھوٹے ہی ہوتے ہیں۔ بلکہ صحت کو قائم رکھنے اور اس کی حفاظت کے خیال سے بھی سخت زہریلے ہوتے ہیں۔ مثلاً (۱) دُبلا پن جس کو عموماً خراب علامت بلکہ اکثر خطرناک سمجھا جاتا ہے۔ دراصل برخلاف اس کے یہ عام طور پر مفید ہوتا ہے۔ اس لئے اس کو اکثر ارادتاً پیدا کرنا چاہئیے۔ کیونکہ یہ جسم سے ان مضر صحت زہریلے مادوں کے جلدی سے خارج کرنے میں مدد دیتا ہے۔ جو کہ باعث امراض ہوتے ہیں + (۲) کمزوری جس کو عام طور پر ناکافی غذا کا اظہار خیال کیا جاتا ہے۔ دراصل زہریلے اور فاسد مادوں کے نامکمل طور پر خارج ہونے کا نتیجہ ہوتی ہے (۳) بھوک کا احساس جس کو عموماً جسمانی ضروریات یعنی ساختوں کے

مرمت طلب ہونے کا اظہار سمجھا جاتا ہے۔ دراصل کھانے کی
نالی میں زہریلے مادوں کے عمل کی تیزی کا نتیجہ ہوتا ہے۔ جس کا
سادہ ثبوت یہ ہے۔ کہ اگر مسہلات وغیرہ کے ذریعہ کھانے کی
نالی کو خوب صاف کر دیا جائے۔ تو بھوک کا احساس بجائے بڑھنے
کے کم ہو جاتا ہے + پس غذا (جس کو جسمانی مرمت کرنے سے
پہلے ان زہریلے مادوں کو تحلیل کرنا پڑتا ہے) سے براہ راست
فائدہ اُٹھانے کے لئے ضروری ہے۔ کہ وقتاً فوقتاً اس نالی کو مسہلات
کے ذریعے صاف کیا جائے + (چونکہ مسہلات کا اثر نظام جسمانی
پر دوسرے پہلوؤں سے ناقص ہونے کا گمان غالب ہوتا ہے۔
یہی وجہ ہے۔ کہ پراچین کال کے یوگی "بستی کرم" کا عمل کرتے
تھے +) چنانچہ اسی اصول پر ایک یہ نتیجہ نکلتا ہے۔ کہ دراصل چند
ہفتوں تک بھوکا رہنے سے کوئی خطرناک نتیجہ نہیں نکل سکتا۔
بشرطیکہ کھانے کی نالی ایسے فاسد مادوں سے صاف رکھی جائے۔
جو کہ ہر روز اس میں پیدا ہوتے رہتے ہیں + گویا چند روز یا ہفتوں
کے فاقے سے جو موت واقع ہوتی ہے۔ وہ حقیقت میں (جیسا کہ
عام خیال ہے) جسمانی مرمت کے نہ ہونے سے نہیں ہوتی۔ بلکہ
ان فاسد مادوں کی کثرت کا نتیجہ ہوتی ہے۔ جو کہ باوجود ہر روز
پیدا ہونے کے خارج نہیں کئے جاتے + علاوہ ازیں یہ فاقہ مستی
اور کھانے کی نالی کی صفائی نہ صرف "انیمیا" کا باعث نہیں ہوتی۔
بلکہ خون کے سُرخ دانوں اور ان کے سُرخ مادے (ہیموگلوبین)
کے علاوہ "لیکوسائٹس" کی ترقی سے جو کہ ان کی بہترین حالت
پیدا کرنے سے ہوتی ہے۔ مقابلہ امراض کی بڑی بھاری طاقت
کا موجب ہوتی ہے + مطلب مختصر یہ کہ صاحب موصوف دیگر
کم ضروری امور کو نظر انداز کر کے اس نتیجے پر پہنچے ہیں۔ کہ
قیام صحت اور علاج الامراض کے لئے جسم کے فاسد اور زہریلے

مادوں کو جلد اور باقاعدہ طور پر خارج کرنے کے لئے فاقہ دینا اور کھانے کی نالی کو صاف کرنا بہترین عمل ہے ۔ (کیا آرش گرنتھوں میں اسی کو "برت" اور "بستی کرم" نہیں کہتے!) +

## (۲) بیرونی غلاظتیں

اس میں جلد ۔ دانت ۔ ناخن اور بالوں کی صفائی شامل ہے + اگرچہ جلد کی میل کو صاف کرنے کے لئے "بچانوے سے سو درجہ فارن ہائیٹ کی حرارت کے گرم پانی سے غسل کرنا اچھا کہا جاسکتا ہے ۔ (کیونکہ کپڑوں کی بدولت عام طور پر جسم نوے درجہ گرمی میں ملفوف ہی رہتا ہے) لیکن چونکہ گرمی سے پسینہ کی زیادتی اور دوران خون کی سستی سے کمزوری رونما ہوتی ہے ۔ اور سردی برخلاف اس کے مفرح اور مقوی اثر رکھتی ہے ۔ اس لئے گو کمزور بچوں اور بیمار یا ضعیف العمر اشخاص کے لئے شیر گرم پانی سے نہانا چاہئے ۔ لیکن تندرست اور طاقتور اشخاص کے لئے ہر صبح کھانے سے پیشتر سرد پانی (۶۰ سے ۷۰ درجہ کی حرارت کا) سے اشنان کرنا اپنا روزانہ معمول بنانا چاہئے ۔ کیونکہ نہ صرف اس سے بھوک کھلتی اور عادتی قبض کی شکایت ہی رفع ہو جاتی ہے ۔ بلکہ جیسا کہ بیہوشی کی حالت میں منہ پر سرد پانی کے چھینٹے مارنے اور تیز بخار کی حالت میں غسل دینے پر حرارت کے کم ہونے سے پہلے ہی طبیعت کے درست ہونے سے ظاہر ہوتا ہے ۔ سرد پانی کا غسل دماغ میں بھی چمک پیدا کرنے کا باعث ہوتا ہے + نیز نہ صرف اس کے بعد کام کرنے کی قابلیت ہی بڑھ جاتی ہے ۔ بلکہ یہ خود بھی ایک طرح سے ورزش کا سا اثر رکھتا ہے ۔ کیونکہ اگرچہ پہلے سردی کا خفیف صدمہ سا محسوس ہوتا ہے ۔ لیکن فوراً بعد "ری ایکشن" (جواب عمل) ہوتے پر

گرمی کا احساس شروع ہوجاتا ہے۔ ساختوں میں کیمیائی تبادلہ بڑھ جاتا ہے۔ جس سے تنفس کی تیزی کے علاوہ آکسیجن کا جاذبہ اور کاربانک ایسڈ و یُوریا کا اخراج زیادہ ہوجاتا ہے + کپکپی یعنے لرزہ (جو کہ ایک طرح سے حرارت کی کمی پوری کرنے کے لئے عضلات کو قدرتی تحریک ہے) کے ساتھ ہی اگر خوب زور سے جلد کو ملنا شروع کیا جائے۔ تو "ری ایکشن" اور بھی بڑھ جاتا ہے۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے نہانے کے بعد ایک خشک صاف کھُردرے کپڑے سے بدن کو رگڑ کر خشک کرنا نہایت مفید ہوتا ہے +

سمندر میں غسُل کرنا اس کے نمکوں کی وجہ سے جلد کے عروق اور اعصاب پر محرّک اثر رکھتا ہے + یہ امر یاد رکھنے کے لائق ہے۔ کہ سرد پانی سے اشنان کرنے والا زکام وغیرہ ٹھنڈ سے پیدا ہونے والی امراض میں بہت کم بلکہ بالکل نہیں مُبتلا ہوتا +

(۲) دانتوں کی صفائی کے لئے اگرچہ خاص قسم کے سفوف اور بُرش بھی استعمال کئے جاتے ہیں۔ لیکن "داتن" کرنا ہر پہلو سے عمدہ طریقہ ہے۔ کیونکہ اس سے نہ صرف صفائی ہی ہوجاتی ہے۔ بلکہ چونکہ کھانے کی اشیا پکاکر استعمال کئے جانے کی وجہ سے (جو کہ صرف انسان کا ہی خاصہ ہے) خوراک کی نرمی کی بدولت دانتوں کو بہت کم کام کرنا پڑتا ہے۔ جس سے ان میں کمزوری آتی اور کئی قسم کے امراض کا احتمال ہوتا ہے۔ اس لئے داتن کی لکڑی چبانے سے ان کی روزانہ ورزش ہوتی اور جڑوں میں خون کے کافی پہنچنے سے بیماریوں کی قوت مقابلہ بنی رہتی ہے + چنانچہ اسی خیال سے آخیر میں اس کو پھاڑ کر پھینکنا بہتر کہا گیا ہے۔ تاکہ ان دانتوں (کینائن) کی بھی مشق ہوجائے

جو کہ گنا دغیرہ پھاڑنے کے ہی کام آتے ہیں +

(۳) ناخن خاص حد سے بڑھنے پر کٹوانے لازمی ہیں۔ ورنہ ان میں میل جمع ہو کر کھانے کے وقت مُنہ میں جا کر نقص صحت کا باعث ہو سکتی ہے +

(۴) بالوں میں کنگھی کرنا نہ صرف جوؤں وغیرہ سے ہی بے خطر رکھتا ہے۔ بلکہ ایک طرح سے ان کی جڑوں میں مالش کا بھی اثر رکھتا ہے۔ جس سے خون کا دوران ٹھیک رہتا اور ان کی پرورش میں نقص آنے کو روکتا ہے +

## (۳) درمیانی غلاظتیں

"نقرس" نامی مرض (جس میں بیشمار قسم کی امراض شامل ہیں۔ دیکھو صفحہ ) کے اسباب کا مطالعہ کرنے سے پایا جاتا ہے۔ کہ خواہ "یورک ایسڈ" کے صحیح تبادلے میں "آکسی ڈیس نامی" فرمنٹ" کا نقص سدّراہ ہو۔ یا اس کے ٹھیک طور پر خارج کرنے میں گُردوں کا نقص مانع ہو۔ مگر ورزش کا نہ کرنا (بالفاظ دیگر ایسی غذا کا کھانا جو کہ عضلاتی محنت سے نہ پیدا کی ہو) اس کا باعث ضرور ہے + گویا غذا کے مضمون میں "میٹابولزم" کے جو چار درجات (ہاضمہ۔ جاذبہ۔ ساختہ۔ سوختہ) بیان کئے جا چکے ہیں۔ ان میں سے ہاضمہ کے عمل میں بعض اشیاء کے اجزا ٹوٹنے پر جو زہریلے مرکبات (مثلاً نیوکلی این یا نیوکلی او پروٹیڈ سے زنتھین وغیرہ کا بننا) پیدا ہوتے ہیں۔ ان کے جذب ہونے اور عمل سوختہ کے نامکمل ہونے سے چند زہریلے مرکبات (خاص قسم کے تیزاب وغیرہ) بن کر دوران خون میں شامل ہونے سے نظام جسمانی پر جو مضرِ صحت اثر نمایاں ہوتے ہیں۔ ان سے محفوظ رہنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ ان کو جسم سے حتے الامکان جلد خارج کیا جائے + چنانچہ اس مطلب کے لئے غلاظتوں کے اخراج کے قدرتی راستوں

یعنے تنفس - پسینہ - پیشاب اور پاخانہ کے عمل میں تیزی پیدا کرنی لازمی ہوتی ہے ۔ چونکہ تنفس میں تیزی پیدا کرنے والا عصبی مرکز خون میں "کاربانک ایسڈ" کی زیادتی سے تحریک پاتا ہے ۔ اور پسینہ وپیشاب وغیرہ کی گلٹیاں اپنے عروق میں خون کے بکثرت آنے پر (جس کا انحصار خصوصًا دل کے فعل کی تیزی پر ہے) پھرتی دکھاتی ہیں ۔ اور یہ دونو امور اختیاری عضلات کے کثرت کار پر مبنی ہیں ۔ اس لئے بحالت صحت درمیانی غلاظتوں کی صفائی کے لئے صرف یہی ایک طریقہ ہے ۔ جس کو اصطلاحًا ورزش کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے ۔ چونکہ ورزش سے علاوہ اس صحت بخش نتیجے کے بدوضعی اور کمزوری دور کرنے کی صورت میں جسمانی ساختوں اور ان کے افعال پر بھی زندگی بخش اثر پڑتا ہے ۔ نیز یہ بھی امر مسلمہ ہے ۔ کہ زندگی کا انحصار بمقابلہ ساخت جسمانی کے فعل جسمانی پر زیادہ تر ہے ۔ کیونکہ جہاں کسی عضو کے کامل ہونے پر بھی فعل نہ ہونے کی صورت میں اس کی بربادی شروع ہو جاتی ہے ۔ وہاں برخلاف اس کے عضو کا نقص فعل کی درستی سے رفع ہو جاتا ہے ۔ بالفاظ دیگر یوں سمجھیں ۔ کہ نہ صرف بچپن میں ہی ساختوں کی نشوونما (پگھلی ہوئی دھات کے سانچے میں پڑ کر خاص شکل اختیار کرنے کی طرح) ورزش کی خوبی اور خرابی پر مبنی ہوتی ہے ۔ بلکہ حیوانات اور نباتات کی اشکال کے "وکاش" کی بنیاد بھی ان کے افعال کے اختلاف پر ہی قائم ہے ۔ کیونکہ اگر عضلات کو ادنےٰ درجہ کے حیوانات (امیبا وغیرہ) میں "پروٹوپلازم" کی بار بار کی حرکات سے پیدا شدہ بتایا جاتا ہے ۔ تو اعصاب کا اظہار بھی حرارت اور روشنی وغیرہ طبعی طاقتوں سے اس کے پرمانوؤں میں حرکت آنے کا ہی نتیجہ قیاس کیا گیا ہے ۔ اس لئے زندہ ہستی کے صحیح نشوونما کا

باعث ہونے سے ورزش کے مضمون پر جتنی بھی توجہ دی جائے۔ اتنی ہی کم ہے :۔ بقولیکہ

سے دوا کوئی ورزش سے بہتر نہیں
یہ نسخہ ہے کم خرچ بالانشیں

## ورزش کی ماہیت اور نتائج

چونکہ عضلات جب سکڑتے ہیں۔ تو ان میں ایک نہایت پیچیدہ قسم کا کیمیائی مرکب خون سے حاصل کردہ آکسیجن کی بدولت جلتا اور مختلف صورتوں (حرکت۔ حرارت۔ برقی اور کیمیائی طاقت وغیرہ) میں "شکتی" کا مظہر ہوتا ہے۔ اس لئے جہاں ایک طرف وہ اس طریق پر کھوئے ہوئے مرکبات کی جگہ کو شریانی خون میں آئے ہوئے مادوں سے پُر کرتے اور فاسد مادے (جو کہ کیمیائی تغیر کا نتیجہ ہوتے ہیں) وریدی خون میں پھینک کر باہمی تبادلہ کرتے رہتے ہیں۔ وہاں دوسری طرف جسم کی دیگر ساختیں بھی ان کے اس عمل سے اثر پذیر ہوتی رہتی ہیں۔ چنانچہ اول تو وہ عضلاتی ریشے ہی (جن میں ان کے استعمال کرنے کی نسبت سے شکتی ظاہر کرنے والا مادہ قائم رہتا ہے) نہ صرف موٹے ہوجاتے ہیں۔ بلکہ تعداد میں بھی بڑھ جاتے ہیں ﴿ دوم۔ خرچ شدہ کیمیائی مادوں کی خون میں کمی آنے پر جو غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس سے بھوک کھل کر لگتی اور ہاضمہ و جاذبہ کا عمل بہتر ہوتا ہے ﴿ سوم۔ خون میں کیمیائی تغیر واقع ہونے سے تنفس کی حرکات تیز ہو کر اگر آکسیجن کو خون میں بکثرت ملنے اور فاسد مادوں کو خارج ہونے کا موقع ملتا ہے۔ تو خون کے دوران میں تیزی آنے سے تمام ساختوں میں مادہ پرورش بکثرت پہنچتا اور ان کی غلاظتوں کی گردوں و آنتوں وغیرہ

کے راستے صفائی ہوتی ہے ٭ چہارم - ورزش کے عمل میں جو حرارت
زیادہ پیدا ہوتی ہے - اس کو کم کرنے کے لئے نظام عصبی کے زیر اثر
جلد کے عروق پھیلتے اور پسینہ لاکر اس کی تبخیر سے جسم کو ٹھنڈ پہنچاتے
اور کئی قسم کی غلاظتوں کے اخراج کا باعث ہوتے ہیں ٭ پنجم - عضلات
کے محرک دماغی حصے بھی کام کی زیادتی سے خون بکثرت پہنچنا اور
اس کی پرورش وصفائی کا باعث ہوتا ہے - بلکہ "علم زندگی" کے مطالعہ
سے تو یہاں تک ثابت ہوتا ہے - کہ نباتات کی نسبت حیوانات میں
عصبی ساختیں جو خصوصیت سے نمایاں طور پر پائی جاتی ہیں - ان کے
ظہور کا باعث ہی شروع میں حیوانی حرکات ہوئی ہیں - کیونکہ نباتات
کو (جو کہ ہوا اور پانی وغیرہ سادہ مرکبات پر زندہ رہ سکتے تھے) اپنی
خوراک کے ہر جگہ موجود ہونے کے باعث حرکت کی ضرورت نہیں ہوئی
مگر حیوانات "پروٹینڈز" جیسے پیچیدہ مرکبات (جن میں قابل اظہار شکتی
موجود ہو) کے بغیر زندگی قائم نہیں رکھ سکتے تھے - اور یہ ہر جگہ
موجود نہیں تھے - اس لئے ان کی تلاش میں حرکت کرنے کے لئے
مجبور ہوئے ٭ پس جس طرح عورتوں کی نسبت مردوں میں زیادہ
کام کرنے کی وجہ سے دس فیصدی دماغ زیادہ ہوتا ہے - یا ان
کے بھی دائیں ہاتھ کے زیادہ استعمال میں لائے جانے سے بائیں
طرف کا دماغی نصف (جو کہ جسم کے دائیں جانب پر حکمران ہے)
وزن میں نصف اونس زیادہ ہونے کے علاوہ قوت گویائی کا مرکز
بھی زاید حاصل کر لیتا ہے - ویسے ہی نباتات کی نسبت حیوانات
نے بھی نظام عصبی اپنی حرکات کی تکلیف کے معاوضہ میں انعام پایا -
جس کا بہترین نظارہ انسانی صورت میں نظر آتا ہے ٭ (گویا کمالات
انسانی کا حقیقی باعث غذا کا بآسانی میسر نہ آنا ہی ہے ٭) اس لئے
ورزش سے جتنا مفید اثر جسم پر پڑتا ہے - اس سے بدرجہا زیادہ
دماغ پر بھی ہوتا ہے - بشرطیکہ حد اعتدال سے زیادہ نہ ہو ٭ یہی وجہ

ہے۔ کہ طالب علموں کے لئے نہ صرف گھڑی میں چابی لگانے کی طرح اس کو "ضروری" ہی کہا گیا ہے۔ بلکہ عام طور پر "مرغوب" اور راحت بخش بھی ہوتی ہے۔

## خوبصورتی کیلئے قدرتی وضع قیام کی ضرورت

چونکہ ورزش سے عضلات اور ان کے محرک اعصاب کی چستی بہت بڑھ جاتی ہے۔ اور وہ ہر وقت کام کے لئے تیار رہنے کے باعث بحالت آرام بھی مفلوج یا کمزور اشخاص کی طرح ڈھیلے نہیں رہتے۔ بلکہ اپنی طاقت کی نسبت سے خاص حد تک سکڑے رہتے ہیں۔ اس لئے اگر مخالف عضلات کی جوڑی (مثلاً ہاتھ کو کھولنے اور بند کرنے یا بازو کو سکیڑنے اور پھیلانے والے عضلات) کو غیر مساوی طور پر کام میں لایا جاوے۔ تو طاقتور عضلات بوقت آرام زیادہ سکڑے رہینگے۔ اور اس سے ایک قسم کی بدوضعی معلوم ہوگی۔ پس اولاً ہر وقت ورنہ ورزش کے وقت تو بالخصوص وضع قیام کا مدنظر رکھنا ضروری ہے۔ علاوہ ازیں ایک ہی وضع میں عضلات کے بار بار یا لگاتار کام کرنے سے جوڑوں کے باندھنے والی نسوں یعنے رباط میں بھی فرق آجاتا ہے۔ جس کے بعد ہڈیاں بھی اسی وضع میں رہنے کی طرف مائل ہو جاتی ہیں اس لئے نہ صرف ملاحوں کی انگلیاں ہی مڑی ہوئی دیکھنے میں آتی ہیں۔ جن کو کہ کشتی چلانے میں بانسوں کو زور سے پکڑنا پڑتا ہے بلکہ کوئلے کی کانوں میں پیٹھ پر بوجھ اٹھانے والوں کے پشت کے عضلات حالانکہ خوب مضبوط اور پرورش یافتہ ہوتے ہیں۔ تاہم ہڈیوں اور رباط میں فرق آنا اکثر ان کو سیدھا ہونے میں روکتا ہے۔ چونکہ بچپن میں جبکہ ہڈیاں نرم ہوتی ہیں۔ غلط وضع کا نتیجہ زیادہ خراب ہوتا ہے۔ اس لئے نہ صرف مغربی ڈاکٹر ہی

لڑکوں کو ورزش کرانے کے لئے خاص ”ہادی“ کی ضرورت پر توجہ دلاتے ہیں۔ بلکہ پراچین رشیوں نے بھی یوگ کے آٹھ انگوں میں ”پرانایام“ (مشق تنفس) سے پہلے ”آسن“ کو خاص جگہ دی ہے ؛ (یوگ درشن یاد ۲ سوتر ۴۶) +

اگرچہ نہ صرف ادنےٰ درجہ کا حیوان ہی

## مشق تنفس یعنے ”پرانایام“ کی عظمت

اپنی قوتوں کو پورے طور پر کام میں لانے سے نئی طاقتیں اور ساختیں حاصل کرتا ہے (خواہ وہ غذائیت کے جذب کرنے اور فاسد مادوں کے تیاگنے کی صورت میں اس اندرونی تبدیلی کا ہی باعث ہوں۔ جو کہ ایک جاندار کا بیجان سے فرق کیا جاتا ہے) بلکہ انسان کے لئے بھی ترقئے صحت وخوبصورتی حاصل کرنے کا یہی راستہ ہے۔ اس لئے اگر سارے جسم میں ایک عضو بھی اپنے فعل کو ٹھیک طور پر ادا نہیں کرتا۔ تو ہم آہنگی میں فتور آنے سے صحیح نتیجہ نظر نہیں آسکتا۔ گویا تمام اعضاء (جسمانی و دماغی) کا یکساں کام میں لانا ہی لازمی ہے۔ کسی ایک کی ترقی دوسرے کے خرچ پر نہیں ہونی چاہیئے ؛ تاہم چونکہ چھاتی کا چوڑا ہونا نہ صرف تمام جسمانی حالت کا ہی مظہر ہوتا ہے (کیونکہ تنگ سینہ والے عموماً کمزور ہوتے ہیں) بلکہ اس کے تنگ ہونے پر عضلات کا بڑھا ہوا ہونا کسی قسم کی محنت کا کام کرنے کے لئے فاسد مادوں کے بکثرت پیدا ہونے اور صفائی و پرورش کا خاطر خواہ موقع نہ پانے کی وجہ سے اور بھی خطرناک ہوتا ہے۔ اس لئے جس طرح مانسک شکتیوں کی ترقی کے لئے ان کے صدر مقام دماغ کی نشوونما اور تربیت کی طرف بذریعہ اُستاد کے توجہ دی جاتی ہے۔ ویسے ہی جسمانی طاقت کا کمال چاہنے والوں کے لئے ضروری ہے کہ اس کے صدر مقام

یعنے ”سینے“ کی طرف خاص توجہ دیں۔ ورنہ جس طرح چھوٹے دماغ والے (۲ پونڈ سے کم وزن والے یا شاہ دولہ کے چوہے) اشخاص عقلی زندگی میں کامل نہیں ہو سکتے۔ ویسے ہی تنگ سینہ والے جسمانی محنت کے لائق نہیں ہوتے + گویا اگر دماغی پہلو سے اس کو اچھا کہا جا سکتا ہے جو کہ ہر ایک کے سامنے ماتھے پر ہاتھ رکھے (بالفاظ دیگر سب کو نمسکار کر کے اخلاقی خوبی اور اپنے تئیں غرور سے خالی ظاہر کرنے سے عقلی خوبی کا مظہر ہوتا ہے) تو جسمانی پہلو میں وہی جوانمرد سمجھا جاتا ہے۔ جو کہ سینہ پر ہاتھ رکھ کر میدان میں آئے۔ یعنے مقابلتہً وسیع چھاتی رکھتا ہو + یہی وجہ ہے کہ پلٹن میں صرف وہی جوان بھرتی کئے جاتے ہیں۔ جن کی چھاتی خاص حد سے زیادہ چوڑی ہوتی ہے۔ بلکہ بقول مسٹر کارنر علاوہ شہزوری کے طویل العمری کا بھی زیادہ تر انحصار اسی بات پر ہے +چونکہ چھاتی کی وسعت سے مراد اس کی بیرونی پیمائش کی زیادتی سے نہیں۔ بلکہ اس فرق کی زیادتی سے ہے۔ جو کہ سانس کے اندر کھینچنے اور باہر چھوڑنے کی صورتوں میں چھاتی کے ناپ میں واقع ہوتا ہے۔ اس لئے اس کے حصول کے واسطے بچپن سے ہی (جبکہ ہڈیاں نرم ہوتی ہیں) مشق تنفس کی باقاعدہ تعلیم دینا بہترین سادھن بیان کیا گیا ہے۔ حتےٰ کہ ایام طالب علمی میں پڑھائی کے کمرے کے اندر ہی وقتاً فوقتاً اس عمل کے کرنے کی اس طرح پر ہدایات کی گئی ہے۔ (دیکھو۔ ایلیٹ صاحب کی سسٹم آف میڈیسن) کہ سر کو سیدھا رکھ کر کم از کم چھ دفعہ آہستہ آہستہ چھاتی کو بھر کر سانس کھینچا اور چھوڑا جاوے۔ اور چند لمحہ آرام کرنے کے بعد پھر ویسے ہی کریں +کمزور بچوں کے لئے یہ سب سے عمدہ ورزش ہے + مگر یہ خیال رہے۔ کہ اس عمل کے وقت کمرے کی تمام کھڑکیاں کھول دینی چاہئیں +بغور دیکھنے پر صاف معلوم ہوتا ہے۔ کہ یہ

وہی عمل ہے۔ جس کو آرش گرنتھوں میں "پرانایام" (یوگ درشن پاد ۲- سوتر ۴۹) کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ اسی کی بدولت اگر پراچین راج رشی ہاتھیوں سے دست بدست مقابلہ کرنے اور موت پر قادر ہونیوالے (بھیم و بھیشم وغیرہ) بیان کئے گئے ہیں۔ تو اسی عمل کے چھوڑنے کا نتیجہ آجکل کے "بابو" لوگوں کی ٹوٹی پھوٹی جسمانی حالت سے ظاہر ہے۔ جن کو بخوبی معلوم ہونا چاہئے۔ کہ جس طرح جسم بے دماغ قابل تعریف نہیں کہا جاتا۔ ویسے ہی دماغ بے جسم کیونکر تعریف کا مستحق ہو سکتا ہے؟

## پرانایام کے فواید

مغربی سائینس کے نقطۂ نگاہ سے "پرانایام کے فواید مندرجہ ذیل ہیں:۔

(۱) جسمانی ساختوں کے متعلق:۔ چونکہ چھاتی کی ہڈیاں عضلات اور رباط (جن سے کہ مرغِ دل کا پنجر بنتا ہے) اس وضع کو اختیار کر لیتی ہیں۔ جس میں کہ ان کو زیادہ تر کام کرنے کا موقع ملتا ہے اس لئے نشو و نما کے دنوں میں جب خوب بھر کر سانس نہیں لیا جاتا۔ تو وہ ایسی حالت میں رہ جاتی ہیں۔ کہ بوقت ضرورت کافی پھیلائی نہیں جا سکتیں۔ اور ریڑھ کی ہڈی جو کہ ہر سانس لینے پر تنتی اور باہر نکالنے پر جھکتی ہے۔ ادھورا سانس لینے کی صورت میں قدرے جھکاؤ کی حالت پر ہی قائم ہو جاتی ہے۔ جس سے کُبڑاپن کی طرف میلان بڑھ جاتا ہے۔ یہ دونو نقص پرانایام کے عمل سے نہیں ہونے پاتے۔ بلکہ شکم کے عضلات کی ورزش ہونے سے پیٹ کی شکل بھی ٹھیک رہتی ہے۔ یعنے وہ باہر کو نہیں نکل پڑتا۔ جس سے کہ آرام طلب اشخاص کو اکثر چلنے میں بھی تکلیف ہو جاتی ہے۔

(۲) افعال صحت کے متعلق:۔ چھاتی کے پورے طور پر

پھیلنے سے جو "ڈایافرام" عُضلہ سُکڑتا ہے۔ اس سے صرف ہوا ہی کو اندر داخل ہونے کا موقع نہیں ملتا۔ بلکہ وریدی خون اور لمف نامی رطوبت بھی دل میں کھنچی آتی ہے۔ کیونکہ ڈایافرام چھاتی کے دباؤ کو کم کرنے کے ساتھ ہی "ریسیپٹیکولم کائلی" نامی غذائیت کی تھیلی کو بھی دبا کر خالی کرتا ہے۔ اس لئے فاسد مادوں کے اخراج کے ساتھ پرورش کی بھی زیادتی ہوتی ہے ÷ نیز جگر کو دبا کر صفرا کے نکالنے اور آنتوں کو حرکت میں لانے سے قبض کی شکایت نہیں ہوتی ÷

**(۳) امراض سے محفوظ رہنے کے متعلقہ:۔** یہ امر پیشتر ظاہر کیا جا چکا ہے۔ کہ جسمانی محنت کا کام دل اور پھیپھڑوں کے کام کی عمدگی پر مبنی ہوتا ہے۔ کیونکہ سامان پرورش کا پہنچانا اور فاسد مادوں کا نکالنا انہی کا کام ہے۔ چونکہ ان کو کافی پھیلنے کا موقع چھاتی کی وسعت سے ہی ملتا ہے۔ اس لئے "پرانا یام" جو بچپن میں چھاتی کی وسعت کو ترقی دیتا ہے۔ دراصل وہی جوانی میں محنت کے کاموں کی قابلیت کا موجب ہوتا ہے۔ ورنہ چھاتی کے تنگ ہونے پر جب کبھی ایسے زور کا کام کرنا ہوتا ہے۔ جس میں سینے کی حرکات کو روکنا پڑتا ہے۔ مثلاً کشتی کھینے یا زور سے کسی شے کے دھکیلنے وغیرہ میں۔ تو دل میں وریدی خون کے بیقاعدہ طور پر آنے اور آگے پھیپھڑوں میں نہ دھکیلا جا سکنے کی وجہ سے اکثر امراض قلبی (دل کا پھیل جانا) و تنگئ تنفس وغیرہ کا احتمال ہوتا ہے۔ گویا اگر شروع سے ہی باقاعدہ تربیت

ء ۱ آٹھ برس کی عمر سے تنفس کی مشق شروع کرانے سے بہترین نتائج نظر آتے ہیں۔ کیونکہ یہی نشو و نما کا زمانہ ہوتا ہے +

تنفس کے ذریعہ دل[۲] کو پھیپھڑوں کی کم حرکات سے عادی بنایا گیا ہو۔ تو ان بیماریوں سے بچاؤ رہتا ہے ٭ دیگر۔ سانس کو پورے طور پر کھینچنے کے باعث پھیپھڑے کے بخوبی کھیلنے سے تپِ دق کا بھی احتمال نہیں ہوتا۔ جو کہ ادھورے سانس کی بدولت اس کے بالائی حصّے کے سکون کا نتیجہ ہوتا ہے۔ کیونکہ "ٹیوبرکل بیسی لائی" صرف اسی صورت میں نشو و نما پا سکتے ہیں ٭ نمونیا کے بعد "پلورسی" کے بند توڑنے میں اندرونی مالش کا اثر رکھتا ہے ٭ شکم کے عضلات کو طاقت پہنچانے سے "ہرنیا" کا خطرہ دور کرتا ہے ٭ قصہ مختصر یہ کہ عام پرورش کو بڑھانے کی وجہ سے چوٹی سے ناخن تک فائدہ پہنچاتا ہے ٭

اگرچہ پہلے پہل "پرانایام" کا عمل ناخوشگوار اور تضیع اوقات سا معلوم ہوتا ہے۔ لیکن چونکہ وقت کے مقابلے میں اس سے فائدہ بہت زیادہ پہنچتا ہے۔ اس لئے گو شروع میں صبح شام پانچ منٹ کے لئے دو مرتبہ روزانہ ہی اس کی مشق کافی ہے۔ لیکن بتدریج بڑھاتے ہوئے دن میں پانچ سات دفعہ تک پہنچانی چاہئے۔ حتےٰ کہ مرغوب طبع ہو جائے ٭ چونکہ بازوؤں کے عضلات بھی چھاتی کی حرکات تنفس میں معاونت کر سکتے ہیں۔ اس لئے بوقت عمل اگر دونو بازوؤں کو اوپر اٹھا لیا جائے۔ تو پھیپھڑوں کے فعل میں اور بھی آسانی پیدا کی جا سکتی ہے ٭ چنانچہ پہلوؤں کی طرف سے اٹھانے اور سامنے کی طرف پھیلانے سے چھاتی کے دو طرفہ وسعت دینے

---

۲ دل اور تنفس کی رفتار میں قدرتی نسبت ۱:۴ اور ۱:۳ کی ہے ٭ لیکن چونکہ قدرتی طور پر دل آرام کی حالت میں کام کرنے کی قابلیت رکھتا ہے اس لئے محنت کے قابل بنانے کے لئے اس کو تربیت دینے کی ضرورت ہوتی ہے۔ کہ یہ تنفس کی کم تعداد پر بھی اپنا کام جاری رکھ سکے ٭

میں یہ دو مختلف اثر رکھتے ہیں ٭

## طریقِ عمل

"پیرانایام" کا طریق عمل یہ ہے۔ کہ مُنہ بند کر کے ناک کے راستے آہستہ آہستہ گہرا سانس لیکر چھاتی کو بھر لیا جائے۔ پھر تقریباً دس سکنڈ تک ویسے ہی رکھیں۔ تاکہ ہوا کے گرم ہونے سے پھیپھڑوں کے خانے پھول کر تن سکیں۔ پھر آہستہ آہستہ تمام ہوا کو حتے الامکان باہر نکال دیں ٭ اگر بازو اُٹھائے ہوئے ہوں۔ تو سانس نکالتے وقت ان کو نیچے کریں ٭ اگر بیٹھ کر یہ عمل کرنا ہو۔ تو باقاعدہ "پدم آسن" لگا کر چھاتی کو تنی ہوئی اور سر کو سیدھی حالت میں رکھ کر۔ سانس کی روکی ہوئی حالت میں دبوقت "کُمبھک") آگے کی طرف جُھکنا۔ اور اگر کھڑے ہو کر کریں۔ تو اُس وقت گھٹنوں کو قدرے جُھکا لینا سونے پہ سوہاگے کا کام دیتا ہے ٭ چونکہ عورتوں میں بچے جننے وغیرہ کے باعث قدرتی طور پر چھاتی تنفس کے لئے کام میں لائی جاتی ہے۔ اس لئے مردوں کو خاص طور اس عمل کی طرف توجہ دینی چاہئے۔ جن کے تنفس میں اکثر عضلات شکم ہی کام میں آتے ہیں ٭ جن اشخاص کو تھوڑی سی محنت سے دم چڑھ جاتا ہو۔ اُن کے لئے نیز اہل دماغ کے لئے یہ بہترین ورزش ہے ٭ مگر تنفس کی تربیت کا یہ ارادی طریقہ ہے۔ بے ارادی طور پر یہی فائدہ اُٹھانے کے لئے بڑے بڑے عُضلات کو کام میں لانا بہتر ہوتا ہے۔ چنانچہ بازوؤں کی نسبت ٹانگوں کے عضلات اچھا کام دیتے ہیں۔ یعنے متوسط تیزی سے لگاتار دوڑنا یا پہاڑ پر چڑھنا اور اچھے مضبوط آدمیوں کے لئے تھوڑا تھوڑا تیز دوڑنا اور بیچ بیچ میں آہستہ چلنا نہایت مفید ہوتا ہے ٭

## ورزش کی اقسام

بلحاظ جسمانی طاقت کے عام طور پر ورزش کو تین صورتوں پر منقسم کیا جاتا ہے :-

(۱) بیمار یا کمزور آدمیوں کے لئے ایسی ورزش ہونی چاہئے۔ جس

ہیں کہ انکی اپنی طاقت بہت کم خرچ ہو۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے "مشق تنفس" کے علاوہ "مالش کرنا" پسندیدہ عمل ہے (جس میں مُکیاں مارنا۔ مُٹھی چاپی کرنا اور جلد کو ہاتھ یا کپڑے سے رگڑنا شامل ہیں) یہ عمل پرانی ضربات اور عصبی امراض (نیورستھنیا وغیرہ) میں مفید ہونے کے علاوہ تندرستی کی حالت میں کبھی جبکہ خاص وجوہات سے ورزش کا موقع نہ ملے۔ خاص کر کمزوروں یا بڈھوں کے لئے بہت نفع بخش ہوتا ہے + چونکہ مالش کا عمل وریدوں اور "لمفیٹکس" نامی نالیوں کے شمولات کی حرکت کو تیزی دینے سے ساختوں میں تازہ خون کھینچتا اور جلد کے اعصاب کو تحریک دے کر ان کی پرورش میں زیادتی کرتا ہے۔ اس لئے بھوک خوب لگتی ہے۔ نیند اچھی طرح آتی ہے۔ قبض کی شکایت مٹ جاتی ہے۔ تکان رفع ہو جاتی ہے۔ چنانچہ گھوڑوں کو دوڑانے کے بعد ان کی مالش کرانا ان کی تکان کو بہت جلد دُور کر دیتا ہے + علاوہ ازیں چونکہ اس سے خون کے سُرخ دانے بڑھ جاتے ہیں۔ اس لئے جس طرح ایام مصیبت میں سونے کو دفینے سے نکال کر کام میں لانا مفید ہوتا ہے۔ ویسے ہی "انیمیا" (نقصِ خون) کی حالت میں آدھ ایک گھنٹہ روز کی مالش سے بہت فائدہ پہنچتا ہے + نیز اس سے ساختوں کے جاذبے کی طاقت بڑھتی ہے۔ اس لئے نہ صرف پُرانی سوزشوں میں ہی مفید ہوتی ہے۔ بلکہ خاص حد تک چربی کے زیادہ ہونے پر بدن کو ہلکا کرنے میں بھی کام دیتی ہے + البتہ ورزش کی دوسری صورتوں کی طرح بخار اور سخت سوزش کی حالت یا پیپ وغیرہ کی موجودگی میں مالش کرنا بھی منع ہے +

اگرچہ بوڑھوں یا کمزور اشخاص میں جلد کے خشک ہونے پر بادام روغن کام میں لایا جا سکتا ہے۔ لیکن عام طور پر تیل ملنے سے مالش کا فایدہ کم ہو جاتا ہے + چہرہ کو خوبصورت بنانے والے

خوشبودار تیل جو آجکل عام طور پر اشتہاروں کے ذریعے فروخت کئے جاتے ہیں۔ اُن میں بھی فائدہ دراصل مالش کا ہی ہوتا ہے۔ جس سے چہرہ پر جھریاں نہیں پڑتیں ٭ بدن کے دیگر حصّوں کے ساتھ ہی آنکھ کان اور ناک پر بھی مالش کرنا مفید کہا گیا ہے + پتنگ اوڑانا بھی ایک قسم کی ہلکی ورزش ہے۔ جو کہ عصبی کمزوری میں قابل تعریف اثر رکھنے والی بیان کی گئی ہے ٭

(۲) درمیانی درجہ کے طاقتور اصحاب کے لئے ایسی ورزش بہتر کہی گئی ہے۔ جس میں مزاحمت یا مقابلے کی صورت پیش آئے۔ مثلاً ڈمبل پھیرنا۔ مگدر اُٹھانا یا کسی بوجھل شئے کا کھینچنا وغیرہ ٭ چونکہ ان میں عصبی طاقت کا خرچ ہوتا ہے۔ اس لئے کمزور طبع ہونے سے انسان جلد اُکتا جاتا ہے۔ اور آرام کرنے یا ورزش کی صورت بدل لینے پر کام کے لائق ہوتا ہے۔ بدیں وجہ کسی قسم کی دلچسپی والی ورزش ہو۔ تو بہتر ہوتی ہے۔ مثلاً کشتی لڑنا وغیرہ ٭

(۳) طاقتور اصحاب کے لئے تو ہر قسم کی ورزش کرنے کی گنجائش ہے۔ خواہ کرکٹ فٹ بال۔ ہاکی کھیلیں یا کبڈی جمناسٹک اور سواری کام میں لائیں ٭ گو دیگر ممالک میں بھی ورزش کے مختلف طریقے رائج ہیں۔ لیکن جاپان کا مروجہ جوجتسوؔ نامی طریقہ سب سے بہتر کہا گیا ہے۔ جس سے جسمانی اور دماغی ساختوں اور ان کے افعال کی یکساں تربیت ہوتی ہے ٭ اگرچہ عام طور پر اہل ہند میں "ناچنا" ایک معیوب فعل خیال کیا جاتا ہے۔ لیکن بمصداق:-

ے کہ بدنام کند اہل خرد را غلط است
بلکہ میشود از صحبت ناداں بدنام

دراصل یہ "گانے" کی طرح بری سوسائیٹی میں اس کے داخل ہونے کا نتیجہ ہے۔ ورنہ بذاتہ یہ ایک ایسا اعلےٰ درجہ کا ہنر

ہے۔ جس سے نہ صرف جسمانی اعضاء کی ہی ورزش اور تربیت ہوتی ہے۔ بلکہ دماغی قوا پر بھی نہایت اعلےٰ اثر رکھتا ہے۔ جیسا کہ اگر "راگ ودیا" کو "قوت گویائی" (واچک کرم) کی فلاسفی کہا جائے۔ تو "نرت کاری" کو "قوتِ حرکت" (شریرک کرم) کی فلاسفی کہا جا سکتا ہے۔ چنانچہ نہ صرف لاثانی فلاسفر بھگوان کرشن ہی اس فن کے ماہر بیان کئے گئے ہیں۔ بلکہ یوروپین سوسائیٹی میں بڑے سے بڑے ذی رتبہ اصحاب کا ناچ میں شامل ہونا بھی اس "نفیس" ورزش کی خوبیوں پر روشنی ڈالتا ہے ۔:۔ دائمی قبض والوں کے لئے ناچ کی ورزش بالخصوص مفید بیان کی گئی ہے ۔:۔

**ورزش کی مقدار**

بخوف طوالت مختصر طور پر اتنا ظاہر کر دینا کافی ہوگا۔ کہ روزانہ کام کی مقدار طاقتور تندرست شخص کے لئے تین سو "فٹ ٹن" ہونی چاہئیے۔ اس سے بڑھانے پر باوجود غذا زیادہ دینے کے بھی عضلاتی طاقت میں کمی اور تکلیف کا باعث ہوتی ہے + کسی شخص کے کام کی مقدار کا اندازہ مندرجہ ذیل قاعدے سے ہو سکتا ہے:۔

$$\frac{\text{(وزن جسمانی + وزن بوجھ "اگر اُٹھایا ہو") پونڈ} \times \text{فاصلہ فٹ} + \text{بلندی}}{\text{۲۲۴۰ (ایک ٹن کے پونڈ)}}$$

(سفر کا حصّہ) = "فُٹ ٹن" ۔:۔

**تشریح:**۔ اگر کوئی شخص تین میل فی گھنٹے کی رفتار سے صاف سطح پر چلے۔ تو سفر کے $\frac{1}{20}$ حصّے کے برابر بلندی پر جانے کی طاقت خرچ ہوتی ہے۔ اگر چار میل فی گھنٹہ چلے۔ تو $\frac{1}{17}$ حصّہ۔ اگر آٹھ میل فی گھنٹہ چلے تو $\frac{1}{10}$ حصّہ علےٰ ہٰذ القیاس رفتار بڑھنے کے ساتھ طاقت کا خرچ زیادہ ہوتا ہے۔ اس لئے اگر ڈیڑھ سو پونڈ کا آدمی جس نے کوئی بوجھ نہ اُٹھایا ہو۔ تین میل فی گھنٹہ کی رفتار

سے چلے۔ تو تقریباً ستارہ میل کے سفر سے تین سو مد فٹ ٹن کا کام ہوگا ۔ چونکہ اس کے نصف کے برابر عام طور پر خانگی کاروبار میں طاقت خرچ ہو جاتی ہے۔ اس لئے باقی نصف کی نگاہ سے آٹھ نو میل کا سیر کرنا بہتر کہا گیا ہے ۔

## خاص ہدایات

ورزش کرنے میں مندرجہ ذیل امور پر دھیان رکھنا چاہیئے :۔ (۱) ورزش ہمیشہ کھلی ہوا میں اشنان کے بعد ننگے بدن کی جائے۔ تو نہایت اچھا ہے۔ لیکن بشرط ضرورت کھلے ہوادار کمرے میں ایسے کپڑے پہن کر بھی کی جا سکتی ہے۔ جو جلد کے فعل اور جوڑوں کی حرکات میں خلل انداز نہ ہوں ۔ (۲) شروع میں ورزش کی حرکات آہستہ اور بعدہٗ بتدریج بڑھانی چاہئیں۔ (۳) ورزش شروع کرنے پر غذا میں گھی چینی اور نمک کافی ہونے چاہئیں ۔ لیکن شراب خصوصاً منع ہے۔ کیونکہ "آکسیڈیشن" کے فعل میں نقص پیدا کرتی ہے ۔ البتہ پانی تھوڑی تھوڑی مقدار میں ضرورت کے موافق اکثر اوقات دینا چاہیئے۔ کیونکہ نہ صرف پسینے کے ذریعے جو خارج ہوتا ہے۔ اس کی جگہ پوری کرنے کے لئے ہی اس کی ضرورت ہوتی ہے۔ بلکہ فاسد مادوں کی صفائی کے لئے بھی ضروری ہوتا ہے ۔ (۴) چونکہ دل سے و دیگر عضلات آکسیجن وغیرہ کے خرچ ہونے اور لیکٹک ایسڈ وغیرہ کے جمع ہونے کے باعث کام ٹھیک طور پر نہیں کر سکتے۔ اس لئے غذائیت کے حاصل کرنے اور فاسد مادوں کے اخراج یعنے تکان کو رفع کرنے کے لئے خاص عرصے تک آرام کرنا بھی لازمی امر ہے (۵) ورزش بلا ناغہ اور باقاعدہ ہونی چاہیئے۔ یعنے تمام عضلات کی باری باری ہو ۔ لیکن کھانے کے فوراً بعد ورزش کرنا منع ہے۔ بلکہ ورزش کرنے کے بعد بھی نصف گھنٹہ آرام کر کے کھانا چاہیئے ۔ (۶) چونکہ کام کی "مقدار" دل کو اتنا نقصان

نہیں پہنچاتی۔ جتنا کہ اس کی "خاصیت" سے ہوتا ہے۔ اس لئے ایسی محنت سے جس میں زور لگاتے وقت چھاتی کو ساکن رہنا پڑے۔ یا دھڑکن اور تنگئے تنفس پیدا ہوں۔ حتی الامکان باز رہنا چاہئیے۔

(۷) ورزش کی افراط سے جو دل کے نقص نمودار ہوتے ہیں "دل کی کمزوری اور عضلات کا چربی میں تغیر پانا وغیرہ۔ پھیپھڑے میں تپ دق کے آثار کا احتمال ہونا۔ معدے اور آنتوں میں بدہضمی۔ قبض اور بھوک کے جاتے رہنے کی شکایات۔ عصبی مزاج یعنے چڑچڑاپن انتشار طبع زُود رنجی۔ بیرونی تاثرات سے غیر معمولی موثر ہو جانا اور خیالات شہوانی کی زیادتی وغیرہ۔ اور افراطِ ورزش سے پھیپھڑے کی سوزش ہوکر خون پڑنا۔ دل کی "ہائپر ٹروفی" (معمول سے بڑھ جانا) دھڑکا۔ کواڑوں کے امراض حتی کہ بعض اوقات پھٹ بھی جانا یا "اینورزم" وغیرہ امراض کا ظہور ہوتا ہے۔ نیز عصبی طاقت کے زیادہ تر عضلات کے ہی کام میں خرچ ہو جانے سے کم عقلی بھی لازمی نتیجہ ہوتی ہے اس لئے ہمیشہ "اعتدال" پر نگاہ رکھنا ہی سُود مند ہوتا ہے۔

نوٹ:۔ اگرچہ صحت کے سادھنوں میں فاسد خیالات کی صفائی ایک لازمی امر ہے۔ لیکن چونکہ مختصر طور پر "سندھیا" کے عنوان میں ذکر کیا جا چکا ہے۔ اور بالتفصیل اگلے باب میں ان کا بیان ہوگا۔ اس لئے یہاں پہ صرف اتنا عرض کر دینا ہی کافی ہوگا کہ جس طرح کسی گھر سے اندھیرا دور کرنے کے لئے چراغ جلانا یا کسی برتن سے ہوا خارج کرنے کی غرض سے اس میں دودھ وغیرہ اشیاء کا ڈال دینا کافی ہوتا ہے۔ ویسے ہی فاسد خیالات سے من کو شدھ کرنے کے لئے آتم گیان کا سُننا۔ بچارنا اور غور کرنا یعنے شروَن منن اور ندھیاسن ہی بہترین سادھن ہیں:۔

۵ پایو آتم گیان جب راگ دویش بھئو ناش
دھُند اندھیر انس گیو کینو روی پرکاش ۵

مخفی نہ رہے کہ آتم گیان میں مادی اور روحانی دونو قسم کے علوم شامل ہیں۔ کیونکہ نہ صرف آتما ہی بلکہ جسم بھی انسان کا جزو اعظم ہے ۔

"ب" حفظ صحت :۔ اس میں بیرونی فضلات کی صفائی۔ مُردوں کے بندوبست۔ اور "چھوت کے بھوت" کی اصلیت ظاہر کی جائیگی :۔

(۱) فضلات کی صفائی :۔ بیرونی فضلات میں کوڑا کرکٹ (کاغذ۔ چیتھڑے۔ نباتاتی مادے۔ پکائے ہوئے دال چاول وغیرہ کے برتنوں کا پانی) اور پیشاب و پاخانہ وغیرہ شامل ہیں۔ چونکہ نہ صرف ان کا صحن اور گلیوں میں پھینکنا ہی صفائی کا نقصان طریقہ ہے۔ بلکہ کھلے گڑھوں میں جمع کرنا یا ڈھیروں کی صورت میں رکھنا (جیسا کہ اکثر دیہات کے گردونواح میں پایا جاتا ہے۔) بھی ہوا اور پانی وغیرہ کو خراب کرنے سے مضر صحت اثر رکھتا ہے۔ اس لئے ضروری ہے۔ کہ عوام کی توجہ ان کے "نیم وحشی" کہلانے کے اصلی سبب کی طرف کھینچی جائے۔ کیونکہ مہذب اقوام کا اہل ہند سے نفرت کرنا بہت کچھ ان کے غلیظ طریق رہائش پر بھی مبنی ہے۔ پیشتر ظاہر کیا جاچکا ہے۔ کہ سڑاند کے عمل ہونے کے لئے (جس میں بہت سی مُہلک اور مضر صحت ہوائیں و زہریلے "آرگینک" مادے پیدا ہوکر اپنے گردونواح کی ہوا اور پانی کو خراب کرتے ہیں) پانچ چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے (۱) آکسیجن۔ (۲) رطوبت۔ (۳) خاص درجے کی حرارت (۴) جراثیم (۵) نباتاتی یا حیوانی مادے۔ چونکہ اول الذکر چاروں اشیاء عالمگیر طور پر پھیلی رہتی ہیں۔ اس لئے آخر الذکر کے لاپرواہی سے پھینکنے کا نتیجہ سڑاند کی صورت میں نظر آنا لازمی ہے۔ پس صحیح دماغ اصحاب کا فرض ہے۔ کہ جہاں ایک طرف وہ اپنے صحن کی زمین پر پیشاب وغیرہ کر کے فضلات کے جاذب سے مکان کو غلاظت گاہ نہ بنائیں۔ وہاں دوسری طرف یہ بھی

لازمی ہے۔ کہ اپنی جائے رہائش کے گرد و نواح میں بھی ایسی اشیا نہ پھینکیں۔ جن کے سڑنے کا احتمال ہو۔ چنانچہ لنڈن کی طرح پانی کے بہاؤ سے ہر جگہ صفائی کا انتظام نہ ہو سکنے کے کارن اہل حکمت نے فضلات کے مضر اثر سے بچنے کے لئے چار طریقے تجویز فرمائے ہیں:-

(۱) **خشک طریقہ:-** کول ٹار سے روغن کی ہوئی مٹی کی رکابیوں یا اِنیمَلڈ لوہے کے برتنوں میں پیشاب اور پاخانہ جمع کر کے ہر روز باہر کھیتوں میں کھاد کے طور پر ۹ سے ۱۲ انچ گہری خندقیں کھود کر ڈلوا دیا جائے۔ اور اوپر سے مٹی سے ڈھانپ دیں۔ تاکہ مکھیوں کی رسائی نہ ہو سکے۔

(۲) **آبی طریقہ:-** فضلات کے برتنوں میں "مرکیوری لوشن" یا کول ٹار کے مرکب "سیونیفاڈ" کمپیول وغیرہ ادویات ڈال کر جراثیم کو ان کے کام سے معطل یا ہلاک کرنا اس طریق کا حقیقی مدعا ہے۔ علاوہ ازیں اس کا فائدہ مکھیوں کی تعداد میں کمی ہونے سے بھی صاف نمایاں ہوتا ہے۔ لیکن چونکہ ہاتھوں سے صفائی کرنے میں شہر بھر کے لئے خاص تعداد میں خاکروب۔ بہت سے چھکڑے۔ بیل اور مرمت وغیرہ کے اخراجات زیادہ پڑتے ہیں۔ اس لئے ذیل کا تیسرا طریقہ ایجاد ہُوا:-

(۳) **جلانے کا طریقہ:-** اس کے لئے خاص قسم کی انگیٹھیوں اور ایندھن (جس میں درختوں کے پتے۔ چیلوں کی پتی۔ لکڑیوں کا بُرادہ و چھلکے وغیرہ استعمال کئے جا سکتے ہیں) کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگرچہ گھوڑوں کے طویلوں کی گھاس وغیرہ بھی بشرط ضرورت برسات میں استعمال کی جا سکتی ہے۔ لیکن مکھیوں کی کشش کا باعث ہونے سے منع ہے۔ چونکہ اس کا دھواں سخت بدبودار ہوتا ہے اور پیشاب وغیرہ سیال فضلات کے جلانے میں ایندھن کا بکثرت

خرچ ہوتا ہے۔ نیز برسات میں چھت دار چبوترہ اور ایسے ایندھن کے گودام کی ضرورت ہوتی ہے۔ جس میں مکھیوں وغیرہ کو پرورش پانے کا موقعہ نہ مل سکے۔ اس لئے یہ طریقہ بھی عام طور پر رائج نہیں ہو سکتا۔ فضلات کا دھواں "سور بھروٹ" وغیرہ امراض کا باعث بھی کہا گیا ہے +

(۴) **جراثیم سے کام لینے کا طریقہ**:- یہ بھی ایک قسم کا پانی سے بہانے کا طریقہ ہے۔ اس لئے پانی کی بکثرت ضرورت ہوتی ہے۔ چنانچہ اس کے لئے پانچ چھ فٹ گہرا ڈھکنے دار پختہ حوض ہونا چاہیئے۔ جس میں بارہ سے پندرہ گیلن مادہ سما سکے۔ کیونکہ دو سے چھ انچ بالائی پردے سے "آرگینک" مادے اپنے بوجھ کی بدولت تہ میں گرتے اور پھر جراثیم کے عمل سے ہواؤں سے ابھر کر اوپر اٹھتے اور بلبلوں کے پھٹنے پر ہوا کے خارج ہونے سے پھر بیٹھتے رہتے ہیں۔ حتےٰ کہ بالکل "ان آرگینک" صورت اختیار کر لیتے ہیں + اس کے بعد کیچڑ کو کھیتوں کی خندقوں میں بطور کھاد کے ڈالا جا سکتا ہے۔ جو کہ بالکل بے بو ہوتا ہے + اگرچہ اس عمل میں ملازموں کی کم ضرورت ہونے سے خرچ بھی کم ہوتا ہے۔ اور مکھیوں کی رسائی بھی نہیں ہوتی۔ لیکن حوض کی تنبیجر سخت مضر صحت ہوتی ہے۔ اس لئے پینے کے پانی میں جذب ہونے سے بچانا چاہیئے۔ البتہ سمندر یا بڑے پانی میں پہنچایا جا سکتا ہے +

## ٹٹیوں کے متعلقہ قابل توجہ امور

(۱) ایسی زمین پر ٹٹی بنائی جائیے۔ جو کہ فضلات وغیرہ کو جذب نہ کر سکے (۲) سورج کی شعاعیں حتے الامکان زیادہ دیر تک اس کے اندر تمام حصے پر پہنچ سکیں (۳) ہوا کا دوران بخوبی ہو سکے۔ مگر مکھیوں کا دخل کم ہو۔ (۴) بارش اندر نہ پڑ سکے۔

(۵) پردہ بخوبی ہو سکے۔

(ب) مُردوں کا بندوبست :- جبکہ ہندوستان میں ہر سال اسّی لاکھ سے بھی زیادہ اموات ہوں۔ اور اُن میں ڈیڑھ لاکھ سے زیادہ چیچک سے اور دس بارہ لاکھ دیگر متعدی امراض سے ہوں۔ تو مُردوں کا انتظام بھی نہایت توجہ طلب ہو جاتا ہے۔ اگرچہ مروّجہ طریقے تین ہیں۔ دبانا۔ جلانا۔ اور کھُلا چھوڑنا۔ جن میں جلانا بہترین ہے لیکن چونکہ اس عمل کو مذہب سے وابستہ کیا جا چکا ہے۔ اور متعصبانہ خیالات کا علاج تعلیم اور وقت ہے۔ اس لئے تینوں کی نسبت اہل حکمت کی رائے پیش کر دی جاتی ہے۔ ناظرین خود فیصلہ کر دیں۔ کہ کون عمل اچھا ہے اور کون بُرا؟

(۱) دبانا :- خواہ شروع میں یہ رسم مسلمانوں کے اس مذہبی عقیدے پر قایم کی گئی ہو۔ کہ روز قیامت کے روز تمام مُردے خدا کی عدالت میں انصاف کے لئے حاضر ہونگے۔ یا کسی دُوسری بُنیاد پر۔ مگر آجکل جو اہل دماغ میں اس عمل کی تائید پائی جاتی ہے۔ وہ صرف صدیوں کی "عادت"* کے زیر اثر ہونے کا ہی نتیجہ کہی جا سکتی ہے۔ کیونکہ عقلی طور پر مطلب اس عمل کا صرف مردہ اجسام کے برباد کرنے سے ہے۔ تاکہ اس کے سڑنے یا متعدی امراض کے جراثیم (جس سے کہ موت واقع ہوئی ہو) پھیلنے سے زندہ اشخاص پر مضر صحت اثر نہ پیدا ہو۔ اس لئے درحقیقت وہی طریقہ اس پہلو میں بہترین کہا جا سکتا ہے۔ جو کہ حتیّ الامکان جلد اس نتیجے پر پہنچا وے۔ چونکہ ایک فٹ مٹی کے نیچے دبانے سے ۱ سال میں اور ہر ایک فٹ کی گہرائی سے ۱ سال زیادہ دیر میں مُردہ معدوم ہوتا ہے۔ کیونکہ نائٹروجن کے

* علم موجودہ "فلاسفی" کے موجد "بیکن" کا کلام ہے۔ کہ ہر شخص سوچتا اپنے سوبھاؤ کے بموجب۔ بولتا اپنی تعلیم کے بموجب اور کرتا اپنی عادت کے بموجب ہے۔

مرکبات میں تغییر پیدا کرنے والے جراثیم کا اثر بباعث زمین کے بالائی طبقے میں قیام پذیر ہونے کے گہرائی میں کم ہوتا ہے۔ اس لئے جہاں بہت گہرائی میں دبانا ایک قسم کی غلطی ہے۔ وہاں تابوت یا صندوق وغیرہ میں ڈال کر دبانا اسی سلسلے کی دوسری غلطی ہے۔ کیونکہ مٹی سے مُردے کا جسم نہ ملنے کے باعث یہ اشیا بھی مقصدِ مطلوبہ کے جلد حاصل ہونے میں سدراہ ہی ہوتی ہیں + گویا بغیر کفن، کے دفن کرنا نسبتاً کم بُرا ہے۔ اور چونکہ ان بجھا چونا ملانے سے نرم ساختیں جلد برباد ہوتی ہیں۔ اس لئے اس کا ملانا بہتر ہے ÷ ہاں البتہ بالکل کم گہرائی میں دبانے سے ایک تو سڑاند کی ہواؤں کے اخراج سے نقصان پہنچ سکتا ہے۔ دیگر گیدڑ وغیرہ کے لاش کو نکالنے کا بھی احتمال رہتا ہے۔ اس لئے عام طور پر پانچ چھ فٹ گہری قبر بنانے کی ہدایت کی جاتی ہے۔ لیکن آٹھ فٹ سے زیادہ گہری اور اس کی تہ اور تہ زمین کے پانی کے درمیان ۲ فٹ سے کم زمین نہیں ہونی چاہئے؛ چونکہ کسی قبر کے کھل جانے سے نہ صرف ہوائیں بدبو کے ملنے سے ہی بلکہ نزدیکی پانی میں ایمونیم سلفائیڈ یا ہائیڈروجن سلفائیڈ وغیرہ کا ملنا یا کنوؤں میں متعدی جراثیم کا پہنچنا بھی مہلک نتائج کا باعث ہوتا ہے۔ اس لئے قبروں کا پختہ کرنا بہتر کہا جا سکتا ہے۔ گو لاش کے جلد برباد ہونے میں سدراہ ہی ہوتا ہے ÷

قبرستان کے لئے حفظانِ صحت کے خیال سے تین امور قابلِ توجہ ہوتے ہیں (۱) زمین کا ایسا ہونا جو کہ آکسیڈیشن اور جاذبے کے عمل سے لاش کو حتے الامکان جلد ضائع کر سکے۔ گویا کھلی مسامدار ہو۔ اور قدرتی یا مصنوعی طور پر آٹھ فٹ سے کم گہرائی پر پانی کا نکاس نہ رکھتی ہو۔ تاکہ ہوا اور نمی بخوبی گذر سکے + ریتلی یا چونے والی زمین اس مطلب کے لئے بہترین کہی جاتی ہے۔ اگرچہ یہ بھی مُردے کو اس نتیجے پر سالوں میں ہی پہنچاتی ہے۔ جس پر کہ جلانا گھنٹوں

میں پہنچا سکتا ہے + چاک کی زمین میں دراڑیں ہونے سے ہوا اور ته زمین کا پانی بآسانی خراب ہوسکتا ہے + چکنی مٹی میں پانی کا نکاس بمشکل ہونے سے ہوا اور رطوبت کے نہ گذر سکنے کے باعث بربادی میں دیری ہوتی ہے۔ اور گرمیوں میں پھٹنے سے کرۂ ہوائی کو خراب کرتی ہے۔ جیسا کہ پتھریلی زمین کی دراڑوں سے ہواؤں کا اخراج نقصان دہ ہوتا ہے + قبر کی سطح پر گھاس کا پیدا ہونے دینا بھی منع ہے + سطح زمین اتنی اونچی نہ ہو۔ کہ اس سے پانی کا نکاس ہوکر قریبی پانیوں میں مل سکے۔ اس لئے جس زمین پر سیلاب بہتا ہو۔ وہ بھی موزوں نہیں کہی جا سکتی (۲) زمین مذکورہ گھروں اور پینے کے پانی سے حتے الامکان کافی دور ہونی چاہئے (۳) حلقۂ زمین بلحاظ آبادی کے کافی ہو۔ چنانچہ ایک ہزار آدمیوں کی بستی کے لئے پچاس سال تک کے واسطے کم از کم ایک ایکڑ زمین ہونی چاہئے +

(۲) **جلانا**:۔ مذکورہ بالا تمام تکالیف سے محفوظ رہنے کے لئے جلانا بہترین عمل ہے۔ جس کی بدبو رفع کرنے کے لئے صندل یا گھی وغیرہ اشیاء لاش کے ساتھ جلانے کی اہل ہنود میں عام رسم ہے + اس عمل پر دو اعتراض کئے گئے ہیں۔ اوّل۔ زمین کے لئے کھاد کا کام نہ دیسکنا۔ دیگر۔ ملاحظہ لاش نہ ہوسکنے سے قتل کی تحقیقات کا نہ ہوسکنا + مگر چونکہ قبرستان کی زمین بھی کاشت میں کام نہیں آتی۔ اس لئے پہلے اعتراض کی تو گنجائش ہی نہیں + دوسرے کے متعلقہ یہ عرض ہے۔ کہ عام طور پر لاش کے امتحان سے اگر مرض ثابت ہو۔ تو اس کے یہ معنے نہیں۔ کہ اس کو زہر نہیں دیا گیا۔ یا قتل نہیں کیا گیا + اور نہ ہی زہر وغیرہ ہمیشہ تحقیق ہوسکتے ہیں + اس لئے لاش کو دبانے پر۔ اگرچہ امتحان کا خوف تو جرائم کو روکنے والا کہا جاسکتا ہے۔ لیکن دراصل یہ خوف بمقابلہ

دبانے کے نقصوں کے بالکل بے وقعت ہے۔ اس لئے "جلانا" ہی ترجیح کا مستحق ہے +

(۳) کھلا چھوڑنا:۔ یہ پارسیوں میں رواج ہے۔ کہ مُردے کو مینارِ خاموشی پر رکھ دیتے ہیں۔ تاکہ گدھ وغیرہ پرندے کھا جائیں + گو خیال میں یہ امر عجیب معلوم ہو۔ لیکن در اصل اتنا خلاف صحت نہیں۔ کیونکہ نرم ساختیں تو چند گھنٹوں یا دو چار روز میں ہی صاف ہو جاتی ہیں اور ہڈیاں ایک گڑھے میں جمع ہونے پر کچھ عرصے میں باریک خستہ ہو جاتی ہیں۔ جس سے دبانے کی نسبت جلد خاتمہ ہو جاتا ہے +

علاوہ ازیں مصر میں "ممی ۱" بنانے آسٹریلیا میں ہوا میں سکھانے اور بعض مقامات میں سمندر میں پھینکنے کا بھی دستور ہے +

## (ج) چھوت چھات کی حقیقت

اگرچہ "چھوت کے بھوت" کا راج تو عالمگیر ہے اور بغور دیکھا جائے۔ تو اس کی غیر محدود طاقت اس کو اس کا مستحق بھی ٹھہراتی ہے۔ لیکن چونکہ اہل ہنود اس کی غلامی میں حد سے زیادہ پابند ہونے کے باوجود اس کی اصلی "پالیسی" (آئین حکومت) سے کچھ ایسے بیخبر ہیں کہ نہ صرف دقیانوسی خیال کی برائے نام مذہبی چھوت چھات کرتے ہوئے

---

۱ ممی بنانے سے مُراد مُردے کو محفوظ رکھنے سے ہے۔ چونکہ اس میں سڑاند جراثیم کی بدولت ہی پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے اس کے پیٹ اور چھاتی کے اعضاء کو نکال کر "کافور کی رُوح" سے دھو کر اور اسی طرح پر شکم اور سینے کو دھو کر ان میں دافع جراثیم عرق بھر کر پھر اصلی جگہ پر رکھ دیا جاتا ہے + چنانچہ "کرانڈ" ٹشریان میں "کاربالک ایسڈ ۱ حصّہ۔ گلیسرین ۱۰ حصّے۔ ایلکوہال ۵۰ حصّے۔ پانی ۴۰ حصّے" کی پچکاری کرنی اور سطح جسمانی کو ۵ فیصدی "کاربولائز ڈویسلین" سے ملنا اور اندر کی جوف کو ۵ فیصدی "کاربولائزڈ گلیسرین" والی رُوئی سے پُر کرنا اچھا کہا گیا ہے +

اپنی جسمانی صحت کو ہی اکثر نقصان پہنچا رہے ہیں۔ بلکہ قومی حیثیت میں اپنے بے بہا اور کار آمد تمائی نچلے حصے کو "اچھوت" سمجھ کر حد سے زیادہ نقصان اُٹھا رہے ہیں۔ اس لئے ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ "موجودہ سائنس" کی فتوحات میں سے ایک زبردست فتح (جو "مختلف وبائی امراض کا باعث" اور "دافع جراثیم وسائل" کا دریافت کرنا ہے) کے نتائج سے مختصر طور پر ان کو واقفیت بہم پہنچائی جائے۔ تاکہ جہاں ایک طرف وہ یہ سمجھیں۔ کہ وہ چیچک یا مہاماری (پلیگ) وغیرہ بیماریاں جن کو عوام الناس قہر الہیٰ یا دیوتاؤں کی خفگی سے منسوب کیا کرتے تھے۔ یا کرتے ہیں۔ دراصل انسانی جہالت کا ہی ایک کرشمہ ہوتی ہیں۔ وہاں دوسری طرف یہ بھی جان لیں۔ کہ شاستر کاروں کا چھوت سے اصلی مقصد صرف اسی "عقدے" کی طرف توجہ دلانا تھا۔ جس کی حقیقت کھلنے پر "انگریزی نوآبادیوں کے سوراج کی طرح" اب ہر شخص اس کی خوفناک طاقت کو جانتا ہوا بھی اس کے ناجائز خوف سے آزاد ہو سکتا ہے۔ گویا نہ صرف غلیظ پیشہ وروں سے ہی ان کے جسم و لباس کے صاف ہونے پر بے تکلفانہ ہاتھ ملا سکتا ہے۔ بلکہ "کوڑھیوں" تک کے ساتھ بھی بیخطر زندگی بسر کر سکتا ہے۔ جیسا کہ اکثر مشنری ڈاکٹر بحیثیت ہمدرد نوع انسان ہونے کے آجکل جذام خانوں کے مہتمم کا کام کرتے دیکھے جاتے ہیں۔

## وبائی امراض کا باعث

متعدی بیماریاں ایسے نباتاتی یا حیوانی قسم کے خورد بینی زندہ اجسام (جراثیم) کے مریضوں پر فتح پانے کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ جن میں سے اگرچہ بعض تو خاص قسم کے حیوانات یا قوموں و اشخاص پر اثر نہیں کرتے۔ لیکن بہت سے ایسے بھی ہوتے ہیں۔ جو کہ نہ صرف ایک ہی

قسم کے حیوانات میں ایک سے دوسرے پر حملہ کرتے ہیں۔ بلکہ ایک قسم سے دوسری قسم پر بھی چلے جاتے ہیں۔ مثلاً "اینتھرکیس" کا بھیڑ سے۔ گلینڈرس کا گھوڑے سے۔ ہائیڈروفوبیا کا کُتے سے۔ "ٹیوبرکل" کا گائے سے۔ "ایکٹی نومائیکوسس" اور "فٹ اینڈ ماؤتھ ڈیزیز" کا مویشیوں سے انسان پر حملہ آور ہوتا ہے۔ نیز یہ ننھے دشمن نہ صرف باہم ایک دوسرے سے جسمانی ملاپ پر ہی حملہ آور ہوتے ہیں۔ جیسے آتشک وغیرہ کی صورت میں۔ بلکہ اکثر بذریعہ کپڑوں و اسباب (جن پر کہ مریض کا ہاتھ پھر چکا ہو۔) غذا (جو کہ اس کی پس ماندہ یا اس کے کمرے میں رکھی گئی ہو) پانی و ہوا (جس میں کہ مریض کے بلغم وغیرہ فضلات شامل ہوں) اور مکان (جس میں کہ مریض رہ چکا ہو) کے بھی تندرست شخص سے تعلق میں آنے پر اپنا خطرناک اثر پیدا کرتے ہیں۔ علاوہ ازیں بعض ایسے ہیں۔ جو کہ مکھی یا مچھر وغیرہ کیڑوں کی مدد سے براہ راست (جیسے پلیگ پسّو کے ذریعہ آتی ہے) یا اپنی زندگی کا ایک حصّہ پورا کر کے (جیسے ملیریل پیراسائٹ مچھر میں رُوپ بدلتا ہے) انسان کو اپنا شکار بناتے ہیں۔

## جراثیم کے مضر اثر سے محفوظ رہنے کا طریقہ

گو بیشمار جراثیم تندرست اشخاص کے اندر بھی پائے جاتے ہیں۔ لیکن چونکہ ان میں بہت سے ایسے ہوتے ہیں۔ جو کہ زندہ جسم کی حرارت یا رطوبتوں میں پرورش ہی نہیں پا سکتے۔ اس لئے انسان کو ان سے کچھ خطرہ نہیں ہوتا۔ اگرچہ وہ بھی کسی جگہ کے مضروب یا مُردار ہونے پر "بیسی لس ٹٹے نس" کی طرح اپنا داؤ چلانے یا آنتوں کے اندر فضلات میں سڑاند پیدا کرنے والوں کی طرح اپنی زہریں دُود ہی بیٹھے

جسم میں پہنچانے سے دریغ نہیں کرتے۔ تاہم تندرست شخص حق رکھتا ہے۔ کہ اپنے تئیں ان سے بےفکر رکھے۔ مگر چند ایک چونکہ ایسے بھی دیکھنے میں آتے ہیں۔ جو کہ یا تو جسم سے تھوڑی سی کم حرارت علہ پر پرورش پا سکتے ہیں۔ یا قوت مقابلہ میں ذرا ہی کمزور ہوتے ہیں۔ اس لئے جونہی کہ کبھی سردی بدہضمی یا تکان وغیرہ سے آدمی کی قوت مقابلہ میں کمی آجاتی ہے۔ تو وہ "مارِ آستین" جو اس وقت تک بےضرر تھے۔ جھٹ دشمنی کا پیرایہ اختیار کر لیتے ہیں ÷ ان وجوہات سے انسان کو ان کے مضر اثر سے محفوظ رہنے کے لئے ایک تو اپنی "قوتِ مقابلہ" یعنے صحت میں نقص لانے والے اسباب سے محتاط رہنا لازمی ہے (جن کا بالتفصیل ذکر اسی باب میں کیا گیا ہے) دیگر یہ امر ضروری ہے۔ کہ وہ حتے الامکان اپنے تئیں بیرونی جراثیم کے حملوں سے بچائے رکھے۔ چنانچہ اس مطلب کے لئے علاوہ غذا پانی وغیرہ کی صفائی کے اس کو متعدی امراض کے مریضوں اور ان کے تعلق میں آئی ہوئی اشیاء سے (تاوقتیکہ وہ دافع جراثیم عمل کے زیر اثر نہ آچکی ہوں) علیحدہ رہنے اور "کوارنیٹن" "امیونیٹی" اور ان کیڑوں کی نسبت بھی قدرے واقفیت رکھنے کی ضرورت ہے۔ جو کہ اکثر جراثیم کو انسان تک پہنچانے کے مجرم ہوتے ہیں ÷

**کوارنیٹن**

"کوڑھیوں کا گاؤں سے باہر علیحدہ مکانات میں رہنے کے لئے مجبور کئے جانا" اور "کسی گھر میں موت ہونے پر اس کے لواحقین کا تقریباً ۲ ہفتہ تک عوام سے ملنے نہ پانا" اس امر کے زندہ ثبوت ہیں۔ کہ گو آجکل اہل ہند حقیقت سے گمراہ معلوم ہو رہے ہیں۔ لیکن ان قوانین کے بنانے والے نہ صرف خاص امراض کے متعدی ہونے سے ہی واقف تھے۔

---

عہ "گانوکاکس" ۹۱ سے ۹۸ درجہ تک اچھی طرح سے بڑھتا ہے + "اور انیتھریکس بیسی لائی" پرندوں کو مصنوعی سردی پہنچانے سے حملہ کرتا ہے۔ قدرتی حالت میں نہیں +

بلکہ یہ بھی جانتے تھے۔ کہ مہلک امراض کے بیماروں کے تعلق میں آنے والے اشخاص کو خاص میعاد تک عام لوگوں سے علیحدہ رکھنا چاہئے۔ تاوقتیکہ وہ ایک عالم کامل (آچاریہ) کے ہاتھوں خاص قسم کی ودکریا کرم (بال منڈوانا۔ کئی دفعہ اشنان کروانا۔ کپڑے بدلنا۔ ہون یگیہ کرنا وغیرہ) کے ذریعہ "ڈس انفکٹ" یعنے صاف نہ کئے جاویں ؎۱۔ چنانچہ یہی آخر الذکر امر آجکل طبی اصطلاح میں "کوارنٹین" کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ جس سے مراد یہ ہے۔ کہ وبائی علاقے سے آنے والے اشخاص کو غیر علاقے میں داخل ہونے سے پہلے چند روز کے لئے علیحدہ مکانات میں ٹھہرایا جاوے۔ اور بعدہٗ اُن کو بمعہ کپڑوں وغیرہ کے دافع جراثیم عمل میں سے گزار کر عوام الناس میں شامل ہونے کی اجازت دی جاوے + اگرچہ شروع میں یہ علیحدگی چالیس روز کے لئے ہوتی تھی۔ (جیساکہ لفظ مذکورہ کے معنوں سے ظاہر ہے) لیکن بعد کے تجربے سے چونکہ مختلف امراض کا "انکیوبیشن پیریڈ" (وہ زمانہ جس میں جراثیم جسم انسان میں خفیہ رہ کر اظہار مرض کا باعث ہوتے ہیں) مختلف معلوم ہوا ہے۔ اس لئے "کوارنٹین" میں بھی مختلف میعاد تک رکھنے کی ہدایت کی جاتی ہے۔ چنانچہ وباء ہیضہ کے علاقے سے آنے والوں کو ۵ سے ۱۰ دن۔ پلیگ زدہ سے ۱۲ دن۔ چیچک سے ۱۶ دن۔ نمونیا کے مریض سے سمبندھ رکھنے والے کے لئے ۷ دن۔ تپ دق سے ۲۱ دن۔ اور آتشک و تپ محرقہ سے ایک مہینہ وغیرہ وغیرہ علیحدہ رکھنا ضروری سمجھا گیا ہے + پس بجائے اس کے کہ کوئی شخص "کوارنٹین" کے سرکاری محافظوں کو رشوت وغیرہ سے خوش کر کے پیش از وقت

؎۱ اہل اسلام میں چہلم یعنے چالیسویں کی رسم اسی اصول پر مبنی ہے۔ گو اہل ہنود میں کریا کرم تقریباً دو ہفتہ کے بعد کرا دیا جاتا ہے۔ جو نسبتاً بہتر ثابت ہوا ہے +

وہاں سے نکلنے کی کوشش کرے۔ اس کو خود اس خیال سے میعاد معینہ تک علیحدگی میں رہنا چاہیئے۔ کہ مبادا ! اپنے ساتھ اپنے لواحقین کے لیئے بھی موجب وبا ثابت ہو* اور اس کے رشتہ داروں کو بھی بجائے اس کے کہ ناجائز طریقوں سے اس کو گھر میں لانے کی کوشش کریں۔ یہ چاہیئے۔ کہ اس کو بطور "وبائی قاصد" (ڈیمدت) کے خیال کر کے خاص عرصہ تک امتحاناً علیحدہ رہنے کی سہولت بہم پہنچائیں" اگرچہ بنظر ظاہر یہ امر "مرغوب" تو نہیں معلوم ہوگا۔ لیکن چونکہ "مفید" ہے۔ اس لیئے اس پر پورے طور سے عمل کرنا نہایت ضروری ہے* اگر اس مضمون کی خوبی کو اہل ہند نے پندرہ بیس سال پیشتر سمجھا ہوتا۔ تو کوئی وجہ نہیں تھی کہ "پلیگ" مہاکالی کا روپ دھارن کر کے لاکھوں گھروں کو بے چراغ کر سکتی* کاش ! اب بھی اس غلطی سے سبق لیا جائے :۔ یقولیکہ۔

ع پڑا ہوں سنگِ راہِ دوست ہو کر کوئے دشمن میں
سُنا ہے آدمی کچھ ٹھوکریں کھا کر سنبھلتا ہے

**ایمیونیٹی**

اس لفظ کے لغوی معنے تو "آزادی" کے ہیں۔ لیکن انگریزی طب کی اصطلاح میں اس کو "متعدی امراض سے آزاد ہونے" کے معنوں میں ہی استعمال کیا جاتا ہے* چنانچہ بلحاظ قدرتی اور مصنوعی ہونے کے یہ دو قسم کی ہوتی ہے۔ جن میں سے "قدرتی ایمیونیٹی" تو اس حالت سے مُراد ہے۔ جو کہ بعض متعدی امراض کو خاص قسم کے حیوانات پر اثر کرنے سے روکتی ہے۔ یا جس کی بدولت خاص قومیں واشخاص یا اُن کے بھی خاص اعضاء خاص خاص وبائی امراض سے محفوظ رہتے ہیں* اور "مصنوعی ایمیونیٹی" اس کو کہتے ہیں۔ جو کہ خاص امراض کے بالمقابل ان کے جراثیم وغیرہ لے کر خود بذریعہ "ویکسین" یا "اینٹی (ٹاکسک یا بکٹیریل) سیرم" کی پچکاری کر کے

انسان یا حیوان میں پیدا کی جاتی ہے۔ جس کی بدولت نہ صرف وہ مبتلاء مرض ہی نہیں ہوتا۔ بلکہ اکثر صورتوں میں بیماری کا شکار ہونے پر بھی اس کے مہلک نتائج سے محفوظ رہتا ہے۔ بشرطیکہ ٹھیک موقع پر اور اس مضمون کے ماہر شخص کے زیر علاج آجائے + گو اس طریقِ علاج میں معالج کی ذراسی غفلت اور خود غرضی نقصان بھی سخت پہنچا سکتی ہے + بہرحال مرض چیچک سے محفوظ رہنے کے لئے جو بہت سے ممالک میں گذشتہ سو سال سے بھی زیادہ عرصے سے ٹیکا لگایا جاتا ہے۔ وہ "مصنوعی ایمیونیٹی" کے مفید ہونے کا واضح ثبوت ہے۔ مگر دیگر امراض کے متعلق اگرچہ تاحال کافی تجربات نہیں ہُوئے۔ جن کی بنیاد پر ہر ایک کے متعلقہ یقینی دعوے کیا جاسکے۔ تاہم بحالت مجبوری وبائی علاقے میں رہنے والوں کے لئے اس وبا کے جراثیم کی "ویکسین" یا "اینٹی سیرم" کا ٹیکا لگوا لینا نہ لگوانے سے اچھا ہی کہا جاتا ہے +

### متعدی امراض اور چھ بازو والے کیڑے

چونکہ تجربات سے ثابت ہُوا ہے۔ کہ تپ محرقہ کے جراثیم مکھی کے پیٹ میں گیارہ روز تک رہ سکتے ہیں + اور تپ دق کے مریض

(حاشیہ صفحہ ۴۶۹) ۱۔ "ویکسین" سے مراد جراثیم کو مار کر۔ کمزور کر کے۔ یا کم مقدار میں استعمال کرنے سے ہے + کمزور کرنے کیلئے ان کو ذرا تیز گرمی میں۔ ہلکے "اینٹی سپٹک" دوائی کی موجودگی میں یا کھلی ہوا میں نشوونما دینا یا خاص حیوانات میں سے گزارنا ضروری ہوتا ہے + اس کی پچکاری سے مریض کی باطنی قوت سے اس کے خون میں علاوہ دیگر زہروں کو بے اثر کرنیوالی اشیاء کے خاص جراثیم کے لئے "آپسونین" نامی شئے بھی پیدا ہوتی ہے۔ جو کہ ان کو "فیگوسائٹس" یعنے خون کے سفید دانوں کے نگلنے کے لائق بنا دیتی ہے +

۲۔ "اینٹی سیرم" گھوڑے وغیرہ جانوروں میں ویکسین کی پچکاری کرنے سے تیار کیا جاتا ہے۔ اس کے خون سے حاصل کر کے مریض میں پچکاری کرتے ہیں + اس سے مریض کی اپنی قوت باطنی پر کچھ اثر نہیں پڑتا۔ ہاں البتہ زہریں یا جراثیم بے اثر ہو جاتے ہیں +

کی بلغم پر دعوت اُڑا نے والی مکھیوں کے پیٹ میں بمقابلہ بیرونی طریق نشوونما کے "ٹیوبر کل بیسی لائی" جلد پرورش پاتے ہیں۔ گویا ان کی رطوبات ہاضمہ ان کی پرورش کے لئے عمدہ وسیلہ ہوتی ہیں + نیز یہ بھی امر مسلمہ ہے۔ کہ یہ جب کسی مادے کو چوسنے کے لئے اُس پر بیٹھتی ہیں۔ تو اس کو مرطوب کرنے کے لئے پہلے کچھ رطوبت اپنے اندر سے نکالا کرتی ہیں۔ اس لئے مختلف قسم کے فضلات پر بیٹھنے سے نہ صرف یہ اپنے پروں اور ٹانگوں وغیرہ میں ہی چمٹائے ہُوئے جراثیم کو پانی یا غذا پر چھوڑ جانے سے باعث امراض ہو سکتی ہیں۔ بلکہ اپنے اندر پرورش کئے ہُوئے جراثیم کو بذریعہ اپنے اندر سے نکالی ہُوئی رطوبت کے بھی اشیاء خوراک یا زخموں وغیرہ پر لگا کر وبا پھیلانے کا باعث بن سکتی ہیں +. اسی طرح پر کھٹمل۔ پسّو۔ جُوں۔ چیونٹی اور مچھر وغیرہ مختلف وبائی امراض پھیلانے کا باعث بیان کئے گئے ہیں + پس جہاں تک ممکن ہو سکے۔ ایسے دشمنوں سے اپنے تئیں محفوظ رکھنے کے لئے ان کے وسائل پرورش کو نابود کرنے اور اپنے تعلق میں آنے سے دُور رکھنے کی کوشش کریں + بخوف طوالت تفصیل میں نہ جاتے ہُوئے مختصراً چند ایک اشارے ذیل میں درج کئے جاتے ہیں :۔

(۱) **مکھی** :۔ مکھیاں ہمیشہ گوبر وغیرہ غلیظ اشیاء کی موجودگی میں ہی نشوونما پاتی ہیں +. اگرچہ مکڑی۔ کنکھجورا۔ خاص قسم کی چیونٹیاں اور گبریلے بھی اس کا شکار کرتے ہیں۔ تاہم چونکہ یہ انڈے بھی اس کثرت (تقریباً ۱۲۰) سے دیتی ہیں۔ کہ بقول ایک عالم کے "تین مکھیاں بمعہ اپنی اولاد کے ایک مُردہ گھوڑے کو اتنی ہی جلدی میں کھا جاتی ہیں۔ جتنی میں کہ شیر" اس لئے موسم میں بہت جلد بڑھ جاتی ہیں + پس جب ان کی کثرت دیکھنے میں آئے۔ تو سمجھ لو۔ کہ غلاظت کہیں نزدیک ہی ہے +. گویا ان کا پہلا علاج یہی ہے۔

کہ علاوہ اندرونی صفائی کے اپنے مکان کے گرد نواح میں بھی کسی قسم کا سڑنے یا خمیر ہونے والا مادہ نہ رہنے دیا جائے۔ یعنے گوبر یا گھوڑوں کی لید وغیرہ فوراً صاف کرا دینی چاہئے + ٹٹیوں میں دافع جراثیم ادویات کا چھڑکنا اور پاخانے کو مٹی۔ چونے یا ڈھکنے سے ڈھانپنا ضروری سمجھیں۔ (۲) موسم گرما میں تمام کھڑکیوں اور دروازوں پر چکیں لگا دینی چاہئیں + اور کمروں میں مکھی مارنے والے کاغذ رکھنے کی بھی ہدائت کی گئی ہے۔ (۳) مریضوں (خصوصاً متعدی امراض کے) سے مکھیاں دور رکھیں + جو مکھی مریض کے نزدیک آ جاوے۔ چونکہ اس کا جسم جراثیم سے بھرا ہونا ممکن ہے۔ اس لئے اس کو مار دینے کا حکم ہے (۴) ہر قسم کی غذا پر پردہ رکھیں۔ اور کھانے کے بعد گرے پڑے فذات کو اکٹھا کر کے جلا دیں (۵) حلوائیوں کو مٹھائی وغیرہ اشیاء ڈھانپ کر یا شیشے کی الماریوں میں بند رکھنی چاہئیں +

**(۲) کھٹمل**

اگرچہ یہ ۳۶ سے ۴۸ گھنٹے میں ایک دفعہ شکم پری کرتا ہے۔ لیکن تقریباً ایک سال تک بغیر خوراک کے بھی زندہ رہ سکتا ہے۔ چنانچہ اسی لئے پہاڑی بنگلوں میں جہانکہ ایام سرما میں اور کوئی نہیں رہتا۔ یہ خونخوار حضرت آئندہ گرمیوں میں آنے والے اصحاب کے استقبال کے لئے چشم براہ کئے موجود ہی رہتے ہیں۔ بقولیکہ:-

وہ دیکھیں کرم کی کب تک نگاہ کرتے ہیں
ابھی سے آنکھوں کو ہم فرشِ راہ کرتے ہیں

یہ "کالا آزار" اور "ٹیل سور" اور غالباً سیریبرو سپائنل مننجائٹس اور ٹائیفس فیور" نامی امراض بھی پھیلاتے ہیں + ان کے قدرتی دشمن تو چھوٹی سرخ چیونٹیاں اور تلیچٹا کیے جاتے ہیں۔ لیکن ارادی طور پر علاوہ صفائی کے "فارم ایلڈیہایڈ" یا گندھک کا دھواں دینا۔ لکڑی کا سامان اور فرش "کیروسین ایملشن" سے

دھونا یا خالص عقرقرہ کے سفوف کا استعمال کرنا اس کے روکنے یا کم کرنے کے وسائل میں شمار کئے گئے ہیں ÷

(۳) **پسُّو** :- اس کی غذا طاقت اور چھلانگ اس کے قد کی نسبت بہت بڑھ کر ہوتی ہے۔ ویران مکانات اور میلی جگہوں میں اکثر رہتا ہے ÷ گو چوہے کا پسُّو کُتے بلی کی طرح انسانی پسُّو سے علیحدہ قسم کا ہوتا ہے۔ لیکن انسان کو کاٹنے میں دریغ نہیں کرتا۔ خصوصاً جبکہ کوئی چوہا نہ ملے ÷ یہی وجہ ہے۔ کہ جب چوہے مرجاتے ہیں۔ تو ان کی بیماری پلیگ انسانوں میں داخل ہوتی ہے۔ کیونکہ وہ پسُّو جنہوں نے بیمار چوہے کو کاٹا ہوتا ہے۔ انسان پر حملہ کرتے ہیں ÷ "آئڈو فارم" نامی دوائی ان کو جلاوطن کرنے کے لئے بہترین کہی گئی ہے۔ اس لئے کپڑوں میں اس کا اشارہ ہی ان کو دور کرنے کے لئے کافی ہے ÷

(۴) **جُوں** :- اس کے انڈے سے پانچ چھ روز میں بچہ نکلتا ہے۔ اور اٹھارہ روز میں پوری جوانی کو پہنچتا ہے۔ حساب لگایا گیا ہے۔ کہ دو مہینے میں دو جوئیں دس ہزار بچہ دیتی ہیں ÷ بعض نیچرلسٹ اصحاب کا فرمان ہے۔ کہ ایک جوں کی دوسری نسل کی تعداد ۲۵۰۰ اور تیسری کی ۱۲۵۰۰۰ ہوتی ہے ÷ جوں کا ایک شخص سے دوسرے پر چلا جانا تو ہر ایک کو معلوم ہوگا۔ لیکن راجرس صاحب کی تازہ تحقیقات سے معلوم ہوا ہے۔ کہ اس کی بدولت "ریلیپسنگ فیور" کا پیراسائٹ بھی منتقل کیا جا سکتا ہے ÷ یہ تین قسم کی ہوتی ہیں (۱) سر کی جوئیں (۲) کپڑوں کی (۳) پیڈو کی ÷ انمیں سے سر کی جوؤں کا تو یہ علاج ہے۔ کہ بال باریک کاٹ دیں (ورنہ ان کے انڈے صاف نہیں ہونگے) پھر تارپین کے تیل یا کارباَلک

لوشن (ساٹھ میں ایک حصہ) سے بالوں کو بھگوئیں۔ اور اچھی طرح سے صاف کریں + بدن کی جوؤں کے لئے کپڑے گرم بھاپ سے صاف کریں۔ خارش کے لئے دو تین چھٹانک سوڈا بائیکارب ڈال کر گرم غسل لیں۔ تو مفید ہوگا۔ اور جلد کو کاربالک لوشن (۱۰ میں ۱) دس چھٹانک میں ۱ چھٹانک گلیسرین ملا کر مالش کریں + پیڈو کی جوؤں کے لئے جاء مخصوص دو تین دفعہ دن میں نرم صابون اور پانی سے صاف کر کے "ایمونی ایٹیڈ مرکری کی مرہم" یا معمولی "پارے کی مرہم" کا استعمال کریں +

(۵) **چیونٹیاں**:۔ یہ ہیضہ، پیچش اور تپ محرقہ کے مادوں سے غذا کو آلودہ کرنے والی بیان کی گئی ہیں۔ اس لئے کھانے کی اشیاء کو ان کی رسائی سے بالاتر رکھنا صحت کے نقطۂ نگاہ سے لازمی کہا گیا ہے +

(۶) **مچھر**:۔ اس کی نشو و نما کے لئے گرم مرطوب جگہ یا رکا ہوا پانی لازمی شے ہے۔ بالفاظ دیگر خشکی اس کے لئے ملک الموت ہے + سردی میں گو بیہوش رہیں۔ لیکن مرتے نہیں +۔ عموماً غروب آفتاب کے بعد تیزی پر آتے ہیں۔ لیکن اندھیرے کمروں میں دن کو بھی دیکھے جاتے ہیں۔ اس لئے ہر کمرے میں روشنی کی ضرورت ہے + نر تو سبزیات پر ہی گزارہ کرتا ہے۔ لیکن مادہ خون سے خاص رغبت رکھتی ہے۔ حتےٰ کہ لاش پر بھی کاٹ کھاتی ہے +۔ چونکہ موسمی بخار کے کیڑے (ملیریل پیراسائٹ) کی تذکیر و تانیث جنسوں کا وصال مچھر کے پیٹ میں ہی ہوتا ہے۔ جو کہ کسی پرانے بخار کے مریض کو کاٹنے پر اس کے اندر جاتے ہیں۔ اور وہیں پر ان کی نسل ترقی پا کر اس کی تھوک پیدا کرنے والی گلٹیوں کے راستے ہو کر تندرست آدمی کے کاٹنے پر اس کے خون میں دخل پاتی ہے +۔ اس لئے موسمی

بخار سے محفوظ رہنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ نہ صرف تندرستوں
کو ہی مچھر کے کاٹنے سے بچایا جائے۔ بلکہ اس کے مریضوں کو بھی
اس کے کاٹنے سے محفوظ رکھا جاوے۔ تاکہ وہ پیراسائٹ کو اپنے

ع ۱" موسمی بخار" ہندوستان میں عام ہونے سے اسکی روکاوٹ کے طریقے بھی مختصر طور
پر ذیل میں درج کئے جاتے ہیں:۔ (۱) مچھر اور اس کے بچوں کا فنا کرنا:۔
اس کے تین طریقے ہیں (۱) کیمیکل (۲) فزیکل (۳) بائیولاجیکل + کیمیکل طریق
میں خاص امور یہ ہیں:۔ ان کی نسل پیدا کرنے والی جگہوں پر مٹی کا تیل چھڑکنا
در انحالیکہ پانی کا نکاس نہ ہو سکے) کمروں میں عقرقرے کے سفوف کا جلانا۔
یا گندھک کا دھکانا + فزیکل طریقے یہ ہیں:۔ پانی کے نکاس کا خاص انتظام
کرنا۔ گڑھوں کو پُر کر دینا۔ موسمی سیلاب کو روکنا۔ برسات کے آخیر میں جھیلوں
وغیرہ کو صاف کرانا۔ دریاؤں کے فرش کناروں اور پانی کے بہاؤ کی قدرتی کرنا۔
کالی زمین پہ دریا کا بہاؤ ڈال کر اسکی سطح جمانا یا پتھروں وغیرہ کا بھرنا۔ تالاوں
کی کھدائی اور نہ زمین کے پانی کی سطح کو نیچے کرنا + غرضیکہ گھروں کے گرد و نواح
میں کہیں بند پانی نظر نہیں آنا چاہیئے + اگر کہیں بند پانی کو مٹی سے نہ بھر
سکیں۔ تو مٹی کا تیل اور "پیسٹرین" ملا کر" گارڈن سپرے" یعنے مالیوں کے
فوارے سے اس پر چھڑکنا چاہیئے۔ تاکہ رنگ دیکھا جا سکے + ۳ گیلن فی
دس ہزار مربع گز جگہ پر چھڑکنا کافی ہوتا ہے۔ اور ہر ایک بارش کے بعد
تیل چھڑکنا چاہیئے + گھر کے گرد ٹوٹے پھوٹے ٹین یا گھڑے اور بوتلیں جن میں
پانی جمع ہو۔ صاف کر دینی چاہئیں + بائیولاجیکل طریقہ یہ ہے۔ کہ مچھر کے
قدرتی دشمنوں مثلاً مچھلی۔ مینڈک و دیگر آبی جانوروں یا چھپکلی وغیرہ سے
کام لیا جاوے + (ب) مریضوں کو جالی وغیرہ کے ذریعہ اس کے کاٹنے سے
بچایا جائے۔ نیز تندرستوں کو بھی سوتے وقت مسہری کی طرح ایسی جالی اپنے
پلنگ کے گرد لگانی چاہیئے۔ کہ جس میں مچھر نہ گزر سکے۔ گویا زمین پر لٹکنے نہ پائے
بلکہ ارد گرد سے دبایا جائے + اور کپڑے ایسے باریک نہ پہنیں۔ جن میں سے مچھر
کاٹ سکے۔ پاؤں اور ٹانگوں کو بالخصوص چھپا کر رکھیں + یوکلپٹس یا روزمری
وغیرہ تیل یا "سٹرال" کی مرہم لگانے سے مچھر نہیں کاٹتا۔ رنگوں میں سے
نیلا۔ گہرا سرخ۔ بھورا اور سیاہ رنگ مچھروں کو زیادہ کشش کرتے ہیں۔
بہ نسبت سفید۔ خاکی۔ سبز۔ بنفشی اور زرد کے۔ اس لئے آخر الذکر کا پہننا بہتر
ہے + (ج) کونین کا استعمال:۔ جن کو بخار ہو چکا ہو۔ ان کو دو تین روز ایک

اندر بیجا کر وباء پھیلانے کا باعث نہ ہو سکے +
چونکہ مچھر کی صحت کے لئے زیادہ گرمی اور دلدلی جگہیں مناسب ہوتی ہیں۔ یہی وجہ ہے۔ کہ موسمی بخار ایسے علاقوں میں ترقی پاتا ہے وغیرہ۔ چونکہ یہ رات کو شکار کے لئے گھومتا ہے۔ اور نچلی سطح پر اڑتا ہے۔ اس لئے ملیریل اضلاع میں رات کو باہر گھومنا بُرا سمجھا جاتا ہے۔ اور مکانات کا اونچی سطح پہ بنانا بہتر کہا گیا ہے + دھُواں اور آگ مچھر کے لئے مہلک اثر رکھتے ہیں۔ اس لئے "ہون" کرنا اس کا بہت

---

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۴۶۴) ماشہ روزانہ دے کر پھر ہفتے کے بعد دو تین روز ایسے ہی تین ماہ تک لگاتار دئے جائیں۔ اگر ان ایام میں پھر بخار ہو جائے۔ تو پہلے دو روز صبح اور شام ایک ماشہ۔ پھر تین روز ایک ماشہ روزانہ پھر آٹھ دن کے بعد دو تین روز ایسے ہی تین ماہ تک لگاتار دئے جائیں + اور جن اصحاب کو بخار کے ہونے سے محفوظ رکھنا منظور ہو۔ ان کو ڈھائی رتی ہر شام یا پانچ رتی ہفتے میں دو دفعہ بمعہ چار ماشے میگنشیا سلفاس کے دینا کہا گیا ہے۔ لیکن بہتر یہ ہے۔ کہ وبائی بخار کی معمولی حالت میں ڈھائی رتی روز شام کو اور تیز حالت میں علاوہ روزانہ کے ہفتے میں ڈھائی رتی اور بڑھا دیں۔ اور سخت ترین ہونے پر پانچ رتی ہفتے میں زیادہ کر دیں + جوانوں کے لئے "ہائیڈرو کلورائیڈ آف کونین" اور بچوں کے لئے بباعث بے ذائقہ ہونے کے "ٹینیٹ آف کونین" بہتر سمجھی جاتی ہے + (د) خانگی صفائی کے لئے اوّل تو لوبان یا خوشبودار دھوپ وغیرہ کا۔ ورنہ گندھک یا گوبر کا ہی دھُواں کر کے کمروں کی صفائی کرنا۔ یا کیروسین آئیل ایملشن سے کام لینا چاہیئے + دیواروں پر کپڑے اور دروازوں کے پردے اکثر ان کی جائے رہائش ہوتے ہیں۔ ان کی صفائی کریں + گملوں کو مکان سے باہر رکھیں۔ غسل خانہ روشن اور ہوا دار ہو۔ اور پانی نزدیک جمع نہ ہونے پائے + باورچیخانہ کا خاص خیال رہے + ملازموں کے مکانات کا گرد و نواح اور ٹٹیاں بھی قابل توجہ امور ہیں + کیونکہ گھر کی صفائی نہ ہونے پر بیرونی "ڈرینج" (پانی کا نکاس) فضول ہے + عام صفائی کے خیال سے "واٹر سپلائی" "ڈرینج" "سڑکوں۔ عمارات۔ ٹٹیوں اور حفظان صحت کے محکمے کی خوبیوں پر توجہ دینا ضروری ہوتا ہے +

عمدہ علاج ہے + پانی پر جلدی سے کائی آجانے پر مچھر کے بچے مرجاتے ہیں۔ اس لئے خاص موسم میں یہ بالکل رُک جاتا ہے +

## دافع جراثیم وسائل

یہ تین اقسام پر منقسم ہیں :- (۱) "انیٹی سپٹک" یعنے وہ عمل جو کہ جراثیم کی ترقی اور ان کے عمل تفرید یعنے مرکب اشیاء کے اجزا توڑنے کو روک دیتے ہیں۔ لیکن ان کو ہلاک نہیں کرتے + یہ عام طور پر مختلف اشیاء اغذیہ کو محفوظ رکھنے کے لئے کام میں لائے جاتے ہیں۔ مثلاً (طبعی طور پر) سردی پہنچانے۔ ہوا کے اخراج یا فلٹر کرنے سے۔ یا (کیمیائی طور پر) دھوئیں۔ نمک اور بورک ایسڈ وغیرہ کے ملانے سے + (۲) "ڈی اوڈورنٹ" یعنے دافع بدبو عمل :- یہ جراثیم کے زیر اثر عمل تفرید یا سڑاند سے مختلف قسم کی ہواؤں کی بدولت ظہور پکڑنے والی بدبو کو (بباعث ان سے زیادہ بدبودار ہونے یا ان ہواؤں کے جذب کرنے یا ان کے اجزا توڑنے کے خواص رکھنے کے) دور کرنے کے لئے استعمال میں لائے جاتے ہیں۔ مثلاً ٹٹیوں میں خشک کوئلے لٹکانا وغیرہ + (۳) "ڈس انفکٹنٹ" یعنے مہلک جراثیم عمل جن کو اصلی معنوں میں دافع جراثیم کہا جاسکتا ہے۔ اور متعدی امراض کے بیماروں یا ان کے تعلق میں آئی ہوئی اشیاء کو صاف کرنے کے لئے کام میں لائے جاتے ہیں + ان کی تین اقسام ہیں :-

"۱" قدرتی دافع جراثیم مثلاً سورج کی روشنی اور تازہ ہوا۔ جن سے چند گھنٹوں یا زیادہ سے زیادہ ایک دو روز میں تمام جراثیم مرجاتے ہیں۔ اس لئے کپڑوں کو دھوپ میں جھاڑنا اور سکھانا ان کی صفائی کا نہایت عمدہ طریقہ ہے + چونکہ خشکی میں کوئی زندہ مادہ بھی ترقی نہیں کرسکتا۔ اس لئے رہائش کے لئے خشک گھر سب سے اچھی جگہ سمجھنی چاہئے +

ب۔ طبعی طاقتوں سے جراثیم ہلاک کرنے کے چار طریقے ہیں:۔
اوّل۔ "آگ"۔ یعنے کم قیمت اشیاء کا (مثلاً پلیگ زدہ جھونپڑیوں کو مٹی کا تیل ڈال کر) جلا دینا + دوم "گرم ہوا"۔ چونکہ علاوہ غیر معتبر ہونے کے یہ اشیاء کو بہت خشک کر کے خراب کر دیتی ہے۔ اور ۱۲۰ درجہ سنٹی گریڈ پر ریشم اور اون وغیرہ کے ریشے نہ صرف جھلسے ہی جاتے ہیں۔ بلکہ ان سے پہلے رنگت بھی خراب ہو جاتی ہے۔ اس لیئے اس کا استعمال متروک ہے۔ صرف چمڑے یا ربڑ وغیرہ کی اشیاء کے لیئے جو بھاپ سے خراب ہو جاتی ہیں۔ استعمال کی جاتی ہے + سوم۔ "اوبالنا"۔ یہ سب سے بہتر طریق ہے + بہت تھوڑے جراثیم ہیں۔ جو کہ چند منٹ اوبالنے کے بعد زندہ رہتے ہیں۔ اور اُن سے بھی تھوڑے۔ جو کہ بعدہٗ صابون سے دھونے پر زندہ رہ سکتے ہیں + جوئیں یا ان کے انڈے پانچ منٹ تک اوبالنے سے فنا ہو جاتے ہیں + اس عمل میں نقص صرف یہ ہے۔ کہ "ایلبیومی نس" قسم کے داغ (مثلاً خون یا پاخانہ وغیرہ) کو پکا کر دیتا ہے۔ اس لیئے اوبال کر ٹھنڈا کیئے ہوئے پانی میں صابون اور سوڈا سے پہلے کپڑوں کو دھو کر پھر نصف گھنٹہ کے لیئے اوبالنا چاہیئے + چہارم "بھاپ":۔ اس کا استعمال گرم ہوا کی نسبت بدرجہا بہتر ہے۔ کیونکہ اوّل تو اس میں مخفی حرارت ہوتی ہے + دیگر۔ سرد ہو کر حجم میں کم ($\frac{1}{1600}$ حصہ) ہونے کے باعث متعفنہ شئے کے ہر رگ و ریشے میں اثر کرتی ہے + تیسرے۔ تھوڑی حرارت (۱۲۰ درجہ سنٹی گریڈ) تھوڑے وقت (۲۰ منٹ) کے لیئے کافی ہوتی ہے + چوتھے اس سے جلنے کا احتمال نہیں ہوتا۔ اور اشیا کو خشک نہیں کرتی۔ کہ وہ بھربھری ہو جائیں + جوئیں وغیرہ دس منٹ میں اس سے ہلاک ہوتی ہیں + اس کے استعمال کے لیئے مختلف قسم کے آلات اور کلیں کام میں لائی جاتی ہیں +

"ج"۔ کیمیائی دافع جراثیم بےشمار ہیں۔ (۱) مثلاً ہوائی قسم کے ۔

کلورین۔ گندھک کا دھواں وغیرہ + (۲) سیال صورت میں :۔
کاربالک لوشن یا مرکری لوشن وغیرہ + (۳) ٹھوس حالت میں :۔
صابون۔ تازہ جلایا ہوا چونا۔ پرمنگنیٹ آف پوٹاش وغیرہ +

نوٹ :۔ کسی متعدی مریض کی رہائش والے مکان کو صاف کرانے کے لئے سفیدی کئے جانے سے پہلے دیواریں کھرچ لینی چاہئیں۔ کیونکہ صرف سفیدی کرنے سے ٹیوبرکل اور انتھریکس کے جراثیم نہیں مرتے +

---

۱۸ متعدی مریض کے متعلقہ اشیاء کی صفائی کے متعلق قابل عملدرآمد ہدایات :۔

(۱) بستره وغیره "سٹیم ڈس انفکٹر" (بھاپ کی کل) میں بھیجدیں۔ لیکن اسکی عدم موجودگی میں روئی اور سن کی اشیاء نصف گھنٹہ ابالیں۔ اور کمبل وغیرہ اونی کپڑے نصف فیصدی "سوپونیفائیڈ کریسول" میں ۲ گھنٹہ ڈبوئیں۔ کپڑے کی اشیاء پر پانچ فیصدی کاربالک لوشن چھڑک کر تین چار روز کے لئے باہر دھوپ میں ڈالیں + چمڑے کی اشیاء ۱ فیصدی "فارملین لوشن" میں سپنج کی جائیں + (۲) کھانا کھانے کے برتن ۱۵ منٹ کے لئے ابال لیں + کسی متعدی مرض میں تو ۲۰ فیصدی "واشنگ سوڈا" کے گرم لوشن میں ڈبونا اچھا ہوتا ہے۔ لیکن ٹیوبرکل جیسی بلائی کے لئے یہ کافی نہیں ہوتا + میز کے چاقو چھریاں وغیرہ دو گھنٹوں کے لئے ۱ فیصدی "فارملین لوشن" میں بھگوئیں + (۳) کمرے کی دیواریں کھرچ کر سفید چونے کا پلستر کرائیں + فرش وغیرہ صابون اور گرم پانی سے دھوئیں + کچے فرش پر "کیروسین املشن" میں ۲ فیصدی سایانائیڈ آف مرکری ملا کر خوب چھڑکاؤ کریں + (۴) ٹٹیوں کی لکڑیاں "مرکری لوشن" ($\frac{1}{20}$ طاقت کا) سے مانج کر فرش پر خوب چھڑکاؤ کریں + (۵) نزدیکی کنوئیں کو ۲ اونس ان بجھا چونا یا $\frac{1}{2}$ ڈرام پرمنگنیٹ آف پوٹاش فی گیلن پانی کے حساب سے ڈال کر صاف کریں + اس کا قاعدہ یہ ہے :۔ (فٹ قطر)$^2$ × (پانی کی گہرائی فٹ) = پونڈ چونا درکار ہوتا ہے + اس کا دسواں حصہ پرمنگنیٹ آف پوٹاش کافی ہوتی ہے +

نوٹ :۔ "دافع جراثیم" اشیاء لازمی طور پر مچھر وغیرہ کیڑوں کے لئے مہلک نہیں ہوتیں۔ اس لئے ان کے لئے مندرجہ ذیل اشیاء کی تعریف کی گئی ہے :۔
"پیٹرین" (کثیف پیٹرولیم) "کیروسین آئل املشن" "سایانائیڈ آف مرکری" "بیٹرول" "سوپونیفائیڈ کریسول" "سلفر ڈائی آکسائیڈ گیس" "فارمالڈی ہائیڈ" عام طور پر ہوائی قسم کی اشیاء مچھر، پسو وغیرہ کے ہلاک کرنے کو اچھی ہوتی ہیں۔

## ہمجنس ہستی کا پیدا کرنا

مذکورہ بالا دو اصولوں کے بعد ہر ایک زندہ ہستی کا تیسرا کام یہ بھی ہے۔ کہ "قیام نسل کے لئے تخم ریزی کرے"۔ جسے اصطلاحی طور پر مد پتر رن" سے سبکدوش ہونا کہا جاسکتا ہے۔ چنانچہ حیوانات تو درکنار نباتات بھی اپنی ادنےٰ تر زندگی کے حلقے میں انہی ہر سہ قوانین کے پابند ہیں۔ کیونکہ کاربانک ایسڈ وامونیا وغیرہ کھاتے۔ آکسیجن وغیرہ چھوڑتے اور اپنی نسل قائم رکھنے کے لئے بیج دیتے رہتے ہیں + درحقیقت نسل کا بڑھانا بھی ایک قسم کی بالیدگی ہی ہے۔ جو کہ علیحدگی کی صورت میں نمود پذیر ہوتی ہے + مگر نباتات اور حیوانات سے انسان کی قانونی پیروی میں یہ فرق ہے۔ کہ اول الذکر تو نادان بچے کی طرح ہر حالت میں مجبور ہیں۔ قدرت خود بخود مادر مہربان کی طرح ان کے لئے مناسب سامان مہیا کرتی ہے (چنانچہ مغربی فلسفے میں اسی عمل کو "نیچرل سیلیکشن" اور "سیکشوال سیلیکشن" یعنے پراکرت چناؤ وغیرہ کے نام سے موسوم کیا گیا ہے) لیکن اشرف المخلوقات انسان جس کے دیگر اوصاف اعلےٰ کے ساتھ آزادی کا بھی حصّہ ہے۔ یعنے جو چاہے سو کرے۔ اپنی نیکی بدی کا خود ذمہ وار ہے۔ اس کے لئے جس طرح پہلے دو قوانین کے عملدرآمد میں محتاط ہونا صحت کے لئے لازمی کہا گیا ہے۔

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۲۰۸) بشرطیکہ دروازے و دراڑیں وغیرہ خوب بند ہوں + کیروسین آئل ایملشن کا ہزار میں ایک طاقت کا لوشن پسوؤں کو دو منٹ میں مار دیتا ہے۔ لیکن عام طور پر بیس میں ایک کی طاقت کا برتنا چاہیئے + اس کے بنانے کی ترکیب یہ ہے۔ کہ معمولی صابون تین حصّے لے کر بندرہ حصّے پانی میں گرم کر کے حل کر دو۔ پھر مٹی کا تیل ۸۲ حصّے گرم کر کے ملا کر رگڑ دو + "پیٹرول" اور "نیفتھلین" ہموزن ملا کر پینٹ نیا تیار کر کے استعمال کرنا بھی بہتر ہے +

ویسے ہی اس تیسرے قانون کو عمل میں لاتے وقت بھی خاص احتیاط سے کام لینا دھرم قرار دیا گیا ہے + بلکہ مذکورہ بالا قوانین کی پیروی میں تو کسی قسم کی غلطی ہونے سے انسان خود ہی مُبتلاء مرض ہوتا ہے۔ مگر اس اصول کے متعلق "لاء آف ایٹاوزم" (قانون میراث بزرگانہ) شہادت دیتا ہے۔ کہ نہ صرف ماں باپ ہی بلکہ دادے یا نانے تک کی بعض بیماریاں پوتے یا دوہتے میں عود کر آتی ہیں۔ اس لئے اس فرض کی ادائگی میں نہ صرف اسی امر کی ضرورت ہے۔ کہ اس عمل کو ایسے ڈھنگ پر کیا جائے۔ جس سے انسان خود ہی امراض سے بچا رہے۔ بلکہ یہ بھی خیال رکھنا ضروری ہے۔ کہ آئندہ نسل بھی پیدائشی یا موروثی امراض سے محفوظ رہے + گویا یہ اصول اول الذکر ہر دو امور سے دو چند احتیاط طلب ہے + علاوہ ازیں یہ بھی خیال رہے۔ کہ اس عمل کی غلطی سے نہ صرف اپنی یا اپنی اولاد کی صحت پر ہی مضر اثر پڑتا ہے۔ بلکہ چونکہ والدین کے اوصاف جسمانی کے علاوہ (جیسا کہ ہمایوں بادشاہ کی بیگم کے پاؤں میں نقش بنانے پر اکبر کے پاؤں میں نمودار ہوتا کہا گیا ہے) ان کے اخلاقی اور عقلی اوصاف بھی اولاد میں ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ اس لئے اس عمل کی غلطی کا نقصان صحت کے علاوہ دوسرا اثر بد اخلاقی یا بے عقلی کی صورت میں بھی پایا جانا لازمی ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے اولاد بجائے برکت ہونے کے لعنت کی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔ اور بجائے پھول کی طرح دل کھلانے کے خارزار میں گھسیٹتی اور بجائے نام روشن کرنے کے قعر بدنامی میں غرق کرتی ہے۔ اہل ہند کی موجودہ نسل میں بھی کثیر التعداد اصحاب اس قسم کی غلطی کا نمایاں ثبوت بہم پہنچاتے ہیں۔ کیونکہ گیدڑ کی طرح "پدرم سُلطان بُود" کا کلمہ تو اکثر زبان پر لاتے رہتے ہیں۔ بزرگوں

کی تعریفیں کرتے تھکتے ہیں نہیں آتے۔ لیکن اپنی حالت ناگفتہ بہ! یہ نہیں جانتے۔ کہ سپوت اس کو کہتے ہیں۔ جو بزرگوں سے بڑھ کر قدم مارے۔ ورنہ دوسری صورت میں ان کی تعریف سے سوائے اپنے تئیں کپوت ظاہر کرنے کے اور کچھ معنے نہیں ہو سکتے + اور بغور دیکھا جائے۔ تو قانون قدرت کے بموجب واقعی ہونا بھی ایسے ہی چاہئے تھا۔ کیونکہ جس صورت میں باغ کے لئے مالی کی تلاش ہوتی ہے۔ تو وہاں بھی ایسا شخص ہی نہیں رکھ لیا جاتا۔ جو کہ صرف بیج بونے کے عمل سے ہی واقف ہو۔ بلکہ ترجیح اس کو دی جاتی ہے۔ جو کہ زمین کی ماہیت۔ کھاد کی حقیقت۔ تخم کی خاصیت۔ بونے کا وقت اور بعدہٗ اس کے لئے مناسب روشنی حرارت اور رطوبت وغیرہ اس کے متعلقہ ہر ایک امر سے واقف ہو۔ تاکہ پھول حسب منشا تیار کر سکے + تو پھر بھلا جاہلوں کا تو ذکر ہی کیا؟ جب پڑھے لکھوں تک کو بھی، اولاد پیدا کرنے کے ہنر سے محض ناآشنائی ہو۔ تو اس صورت میں اولاد اگر بجائے رحمت ہونے کے زحمت ثابت ہو۔ تو تعجب ہی کیا ہے؟ یہاں تو شہوت رانی میں ایک سے ایک بڑھ کر اُستاد ہے۔ نوجوان لڑکا سن بلوغت تک پہنچتا ہی نہیں۔ کہ "کوک شاستر باتصویر" (جس کے اشتہار موجودہ زمانے کی تہذیب کے ٹھیکے دار تقریباً ہر ایک اخبار کے مضامین کے صفوں پر روشن حروف میں شائع فرماتے ہیں) کے مطالعہ کا شوق دل میں گدگدی کرنے لگ جاتا ہے + اور

---

(حاشیہ صفحہ ۴۷۰) ۱؎ راقم کا اس سے یہ مطلب نہیں۔ کہ قومی عظمت کا خیال دل سے دُور کیا جائے۔ بلکہ اصلی غرض یہ ہے۔ کہ جس طرح ہم اپنے بزرگوں کے کارناموں پر فخر کرتے ہیں۔ ویسے ہی اپنے اندر بھی ایسے اوصاف اعلےٰ پیدا کریں۔ کہ اگر ہمارے بزرگوں کو پھر یہاں آنے کا موقع ملے۔ تو وہ بھی ہمیں دیکھ کر اپنی اولاد پر فخر کر سکیں +

دراصل ایسا ہو بھی کیوں نہ؟ کیونکہ ان میں بھی تو والدین کے ہی اوصاف ظہور پکڑتے ہیں۔ یعنے والدین نے خود کب اس عمل کو حصول اولاد کے لیئے وسیلہ بنایا تھا؟ یہ تو پرماتما کی کرپا ہو گئی۔ کہ نتیجہ درست نکل آیا۔ ورنہ ان کی طرف سے تو اس نتیجے کا خیال میں بھی نہ لانا اس طور پر ثابت ہے۔ کہ قیام حمل کے بعد بھی (جبکہ حیوان تک صحبت کرنے سے عار رکھتے ہیں) ان کی طرف سے لذتِ نفسانی کی خاطر سلسلۂ عمل جاری رہتا ہے۔ قانون صحت تو در کنار۔ انسانیت اور اخلاق تک کو بھی جواب ہے۔ ع
الٰہی کیا کروں چاروں طرف شہوت پرستی ہے + مصنف کو خود بحیثیت ڈاکٹر کے ایک کالج کے نوجوان پروفیسر (جو کہ ایم۔ اے کی ڈگری یافتہ تھے) نے ایک دفعہ پوچھا۔ کہ کوئی ایسی ترکیب بتائیں۔ "جس سے اولاد پیدا نہ ہو" جواب سادھارن تھا۔ کہ "استری کی صحبت سے پرہیز رکھیں" + یہ سُن کر آپ ہنس کر فرمانے لگے۔ کہ میرا مطلب اس کے سوا کسی دُوسری تجویز کے معلوم کرنے سے تھا + اب ناظرین خیال فرما سکتے ہیں۔ کہ جب اُستادوں کی یہ حالت ہو۔ تو شاگردوں سے کیا کیا امید نہیں ہو سکتی؟

سہ گر ہمیں مکتب است و ایں مُلّا
کارِ طفلاں تمام خواہد شُد

ایک اٹلی کے امیر کی نسبت روائت ہے۔ کہ "وہ لذت ذائقہ کا ایسا غلام ہو چکا تھا۔ کہ انواع و اقسام کے کھانے بنوا کر دن بھر کھاتے ہی رہتا تھا۔ جب پیٹ بھر جاتا۔ تو دوسرے کمرے میں جا کر قے کرا آتا۔ اور پھر واپس آکر کھانا شروع کر دیتا" + راقم جب کبھی اپنے کسی لیکچر میں حاضرین کو یہ بات سُناتا ہے۔ تو وہ عجوبہ سا مانتے ہیں۔ حالانکہ بغور دیکھا جائے۔ تو اسی قسم کی غلطی اکثر نوجوانوں میں پائی جاتی ہے۔ کیونکہ ایک طرف تو گوشت

انڈے اور شراب وغیرہ محرّک اغذیات اور مقوئے باہ گولیاں کھاکر گانٹھ کے پورا بننے کی کوشش کرتے ہیں۔ اور دوسری طرف نفسانی لذت کی دیوانگی سے اندھے ہو کر اس کو جابجا ضائع کرتے پھرتے ہیں + مطلب مختصر یہ کہ جس امر میں حد سے زیادہ انسانیت کی ضرورت تھی۔ عوام الناس اس میں چوپایوں سے بھی بدتر ہو رہے ہیں +

کبیر جی کا کتھن :۔ ؎ کُتا کامی تیس دن انتر رہے اوداس
کامی نر کُتا سدا چھ رُت بارہ ماس

اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ یہ فعل سب سے زیادہ آسان اور راحت رساں ہے۔ حتیٰ کہ اس کو بہشتی لذت سے مشابہت دی جاتی ہے (چنانچہ علاوہ شمشیر زنی کے اسی خیال کو مبالغہ کی صورت دے کر پیغمبر عرب نے بہتّر حُوروں وغیرہ کے بہشت میں ملنے کی اُمید دلاکر اپنے جاہل مقلدوں کی تعداد میں ترقی حاصل کی۔ بقولِ ذوق :۔ ؎ زاہد کو کون کہتا ہے جنت پرست ہے۔ حُوروں پہ مر رہا ہے یہ شہوت پرست ہے) لیکن اس میں نقص یہ ہے۔ کہ ذراسی غلطی میں نتائج سخت خطرناک صورت میں پیش آتے ہیں۔ چنانچہ تاریخی مطالعہ بتاتا ہے۔ کہ ایک طرف اگر باقاعدہ نگیہ اور گربھادان سنسکار کا نتیجہ "رام" جیسے نیک نہاد بیٹے کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ تو دوسری طرف اس کے برخلاف عمل سے "اورنگ زیب" جیسا ناقص نمونہ سامنے آتا ہے۔ جس کے سلوک سے تنگ آکر شاہجہان نے اس کو لکھا تھا :۔

؎ آفریں باد ہندُواں ہر باب ٪ مردہ را میدہند دائم آب
اے پسر تو عجب سلمانی ٪ زندہ جانم ز آب ترسانی

ایسی ہی اولاد کی موجودگی میں ہر ایک گھر بجائے سورگ کے نرک کا نقشہ دکھاتا ہے۔ جس کے نظارے سے حافظ کا شعر یاد آتا ہے :۔

؎ ایں چہ شوریست کہ در دور قمرے بینم ٪ ہمہ آفاق پُر از فتنہ و شرے بینم

اس لئے ہر شخص کا فرض اعظم یہ ہے۔ کہ جہاں تک ممکن ہو سکے۔ اس سب سے بڑھ کر نازک اور ذمہ واری کے کام میں خاص عقل اور احتیاط کام میں لاوے۔

## اولاد پیدا کرنے کا حق کن کو ہے؟

اب سوال یہ ہو سکتا ہے۔ کہ اس اصول کو عمل میں لانے کے لئے کن باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے؟ جواب صاف ہے۔ کہ دھن۔ تن اور من کے لحاظ سے تینوں امور قابل غور ہیں:۔

(۱) دھن:۔ چونکہ جب تک بچے سن بلوغت تک پہنچکر خود اپنی روزی کمانے کے قابل نہ ہو جائیں۔ اس وقت تک والدین کا فرض ہے۔ کہ ان کی پرورش اور تعلیم وغیرہ کے متعلقہ خرچ برداشت کریں۔ اس لئے بلحاظ دھن کے صرف وہ شخص اولاد پیدا کرنے کا مستحق ہے۔ جو کہ نہ صرف اتنی ہی قابلیت رکھتا ہو۔ کہ اس کی کمائی اس کے اپنے ہی ضروری اخراجات کے لئے کافی ہو۔ بلکہ اتنا سرمایہ یا کمانے کی طاقت رکھتا ہو۔ کہ علاوہ اپنی ذات کے عورت اور اولاد کے اخراجات کا بھی متحمل ہو سکے۔ ورنہ روپیہ ناکافی ہونے کی صورت میں یا تو اپنی صحت قربان کرنی پڑیگی۔ یا ضروریات زندگی کے پورا نہ کر سکنے کی وجہ سے بچوں کی صحت ناکارہ ہو جائیگی۔ لیکن یہ خیال رہے۔ کہ بھوگ باسنا میں مصروف رہنے سے اپنے اخراجات کو حد سے زیادہ بڑھا کر فرانس وغیرہ ممالک کے باشندوں کی طرح اولاد پیدا نہ کرنا ایک قسم کا پاپ ہے۔ جس کا نتیجہ قومی کمزوری کی صورت میں رُونما ہو کر دکھدائی ہوتا ہے۔

(۲) تن:۔ اس کے نقطۂ نگاہ سے دونو پہلوؤں کا ملحوظ خاطر رکھنا ضروری ہے:۔ (۱) اپنی صحت کے متعلق۔ (۲) اولاد کی صحت کے متعلق۔

"ا" - اپنی صحت کے متعلق تو علاوہ دوسری جنس کی تندرستی کا خیال رکھنے کے اتنا ہی کہنا کافی ہے۔ کہ اس عمل کو لذتِ نفسانی کی غرض سے نہ کرے۔ بلکہ صرف اولاد کی خاطر۔ جو کہ اس جذبے کے پیدا کرنے سے قدرت کا اصلی مدعا ہے۔ اور جس کا ثبوت مرد و عورت کے اعضاء تناسل کے اختلاف سے صاف ظاہر ہے + اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ بقول تلسی داس جی +

س آل پتنگ مرگ مین گج جرت ایک ہی آنچ
تلسی وہ کیسے بچے جس کو لاگیں پانچ

یعنے بھنورا خوشبو کے شوق میں۔ پروانہ روشنی کے عشق میں۔ ہرن راگ کی دُھن میں۔ مچھلی کھانے کی چاٹ میں اور ہاتھی نفس امّارہ کی دھت میں ہلاک ہو جاتا ہے۔ تو بھلا انسان بیچارہ جس پر پانچوں حواس غالب ہیں۔ کیونکر زندہ رہ سکتا ہے؟ گویا مغلوب الشہوت ہونا حواس خمسہ میں سے کسی کا بھی اچھا نہیں۔ لیکن درحقیقت نفس امارہ کی پیروی کا نتیجہ سب سے زیادہ خطرناک ہے۔ کیونکہ اس راحت کے پیچھے انسان ایسا دیوانہ ہو جاتا ہے۔ کہ دولت صحت اور عزت سبھی کچھ کھو بیٹھتا ہے۔ بلکہ جان تک سے بھی دریغ نہیں کرتا۔ یعنے کسی کو کثرتِ عیاشی مار دیتی ہے۔ اور کوئی رقیبوں کے ہاتھ سے قتل کیا جاتا ہے +

زمانہ حال کے سائنسدان اس امر کو تسلیم کر چکے ہیں۔ کہ ویرج مثل پیشاب کے فضول رطوبت نہیں ہے۔ جس کا خارج کرنا ہی بہتر کہا جائے۔ بلکہ تھائیس گلینڈ کی رطوبت کی طرح کارآمد ہے جس کا کام نظام عصبی کو طاقت پہنچانا اور جسمانی نشو و نما میں مدد دینا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ جوانی میں جب تک یہ جوہر کام دیتا ہے۔ جسمانی اور دماغی قوا کمال پر رہتے ہیں۔ لیکن بڑھاپے میں جبکہ اعضاء تناسل ناکارہ ہونے شروع ہوتے ہیں۔ تمام قوتیں رو بہ زوال ہونے

لگ جاتی ہیں ÷ انہی وجوہات سے یوگ درشن میں برہمچریہ کا نتیجہ بل اور بدھی کی پراپتی کہی گئی ہے ÷ اور برہمچاری" اوردھ ریتا" کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ گویا بجائے تیل کی طرح نیچے کو بہنے کے اس کا ویریہ "جیوتی" کی شکل میں اُوپر کی طرف جاتا ہے ÷ جو لوگ جوانی میں ہی اس جیون اور جیوتی کے کارن یعنے ویریہ کو بکثرت برباد کر دیتے ہیں۔ وہ پیش از وقت ہی مردمی یعنے قواء دماغی اور بدنی سے محروم ہو جاتے ہیں۔ اور قوت زندگی کھو بیٹھتے ہیں۔ جس کی بدولت ہر قسم کی بیماری ان پر بآسانی غالب آجاتی ہے ÷ غور کی جگہ ہے۔ کہ جس صورت میں ایک گنوار کاشتکار بھی اپنی زمین میں بے موقع یا بلا مطلب تخم ریزی نہیں کرتا۔ تو کیا وہ شخص جو انسانی بیج کو بے فائدہ ضائع کرتا ہے۔ اس کی نسبت جاہل مطلق کہلانے کا مستحق نہیں ÷

ہ زال کی پہلی ہی رُستم کو نصیحت یہ تھی
زد پہ تیر صفِ مژگاں کے نہ جانا ہرگز
ہاتھ ملنے نہ ہوں پیری میں اگر حسرت سے
نوجوانی میں نہ یہ روگ لگانا ہرگز

"ب"۔ اولاد کی صحت کی غرض سے یہ خیال رکھنا چاہیئے۔ کہ جس طرح موٹے اور عمدہ دانے کو مناسب زمین میں بونے سے بودا پیدا بھی ضرور ہوتا ہے۔ اور ہوتا بھی عمدہ ہے ÷ نیز برخلاف اس کے چھوٹے اور خراب دانے سے یا زمین کے ناموزون ہونے سے اول تو پیدا ہی نہیں ہوتا۔ اور اگر ہوتا بھی ہے۔ تو ناقص قسم کا، وہی حال انسان کا ہوتا ہے۔ یعنے اگر بلحاظ عمر کے مرد یا عورت ناکمل ہوں۔ یا بلحاظ صحت کے دونو یا دونو میں سے کوئی ایک ناقص ہو۔ تو اول تو اولاد پیدا ہی نہیں ہوتی۔ اور بفرض محال اگر ہوتی بھی ہے تو ناقص قسم کی۔ یا تو بچہ مُردہ پیدا ہوتا ہے۔ یا دائم المریض اور

لاغر سا۔ جو کہ ہر وقت مرنے کے لئے بہانہ ہی ڈھونڈتا ہے۔ چنانچہ اسی اصول پر نکمی۔ مخبوط الحواس۔ دائم المریض۔ جاہل۔ بدکار۔ اندھے یا مُردہ بچوں کا پیدا ہونا والدین کی نالائقی اور بیوقوفی کا عملی ثبوت ہے۔ ورنہ جو لوگ اس فن سے ماہر کامل ہیں۔ وہ تو علم طبعی کے تجربات کی طرح شرطیہ نتائج پیدا کرتے ہیں۔ چنانچہ جہاں ایک طرف بلحاظ قومی ضروریات کے راون جیسے جابر اور زبردست حکمران کے مقابلے کے لئے رشیوں کی مدبرانہ کارروائی اور گربھادان سنسکار کی باقاعدگی پر بھگوان رامچندر اور لکشمن جیسی مہان آتماؤں کا ظہور ہؤا۔ جو کہ نہ صرف جسمانی طاقت کی رُو سے ہی صاحب کمال ہو گذرے ہیں۔ بلکہ عقلی اور اخلاقی خوبیوں کے لحاظ سے بھی ایسے بے نظیر تھے۔ کہ گویا لاکھوں برس سے مادر گیتی ایسی اولاد پیدا کرنے سے بانجھ معلوم ہو رہی ہے۔ تو دوسری طرف درونا چارج جی کو اس فن میں اپنے صاحب کمال ہونے پر اس قدر دعوےٰ تھا۔ کہ انہوں نے اس بات کی قسم کھائی ہوئی تھی۔ کہ "اگر میری زندگی میں میرا بیٹا اشوتھاما مر گیا۔ تو میں اسی وقت پران تیاگ دونگا" چنانچہ مہابھارت میں یہی غلط بیانی ان کی موت کا باعث ہوئی + لیکن برخلاف ان کے آجکل کے نوجوان والدین ابھی نور چشم کے پیدا ہونے کی خوشی سے فارغ ہی نہیں ہوتے۔ کہ ادویات اور تعویذ وگنڈے کی پہلے ہی تلاش شروع ہو جاتی ہے۔ ع ببیں تفاوتِ راہ از کجاست تا بکجا! در خیالات صاف ظاہر ہے۔ کہ اولاد کی صحت کے متعلقہ والدین جو چاہیں۔ سو کر سکتے ہیں + قسمت کو رونا جاہلوں اور پست ہمتوں کا کام ہے۔ کیونکہ ہر قسم کی کامیابی صحیح تدبیر کا نتیجہ ہوتی ہے۔ اس لئے سوال یہ ہو سکتا ہے۔ کہ وہ تدابیر کیا ہیں۔ جن سے اولاد صحیح پیدا ہو۔ اور برقرار رہے؟ اس کا جواب یہ ہے۔ کہ

دو گربھادان سنسکار سے جات کرم سنسکار یعنے روز حمل سے بچہ کی
پیدائش تک ہر قسم کی ضروری احتیاط عمل میں لانا۔ ورنہ جس طرح
جراثیم کی نشو ونما کرنے کے تجربات میں شروع سے آخیر تک اگر کہیں
ذرا بھی بے احتیاطی ہو جائے۔ تو غیر جنس کی آلودگی تمام محنت برباد
کر دیتی ہے۔ وہی حالت انسانی بچے کی ہوگی + چونکہ عورت
سولہ سال کی عمر میں اور مرد پچیس سال کی عمر میں جسمانی تکمیل
حاصل کر لینے کی وجہ سے قابل تولید ہو جاتا ہے۔ اس لئے
دو نو سُمدھی (ہم عقل یا گن کرم سوبھاؤ کی ایکتا والے) اس
عمر میں بواہ سنسکار کر کے نئے آشرم میں داخل ہوں۔ اور
ایام حیض کے چار روز بعد جبکہ اہل خانہ غسل پاکیزگی کر چکے۔
خاص طور پر زود ہضم اور مقوی اغذیات کھانے کے دو پہر بعد
رات کو قیام نسل کے خیال سے مرد ویریہ دان دے۔ بعدہٗ
دوسرے مہینے کے انہی ایام تک قرار حمل کے ثبوت کا انتظار
کیا جائے۔ بشرط حمل قرار پا جانے کے بچّے کے پیدا ہو کر
دو ڈھائی سال تک پرورش پانے کے زمانے تک برہمچریہ
قائم رکھے + بعدہٗ پھر اسی مندرجہ بالا طریقے کے بموجب عمل
کیا جاوے + لیکن بوجوہات خاص اگر گربھ نہ ٹھہرے۔ تو ضروری
ہے۔ کہ ہر دوسرے مہینے کے ایام حیض کے بعد اس کارروائی
کو عمل میں لاتا رہے۔ تاوقتیکہ حصول مقصد میں کامیابی ہو +
علاوہ ازیں چونکہ گربھ کے دنوں میں عورت کے خیالات اور
صحت کا اثر پیٹ میں جنین پر پڑتا رہتا ہے۔ اس لئے
ان ایام میں خصوصیت سے اس کی صحت پر توجہ ہونی چاہئے۔
دیگر غم و غصہ اور خوف وغیرہ کے خیالات سے پاک رہکر پاکیزگی
اور خوبصورتی کا خیال قائم رکھنے کے لئے مہاتماؤں اور بہادروں
کے جیون چرتر زیر مطالعہ رہنے چاہئیں + جب بچہ پیدا ہو۔ تو

ناڑو دو بند لگا کر کاٹنا اور آنکھوں وغیرہ کی صفائی کرنا نیز سردی سے بچانا لازمی ہے۔ اور زچہ خانے کی ہوا کو صاف کرنے کے لئے ہون کرنا بہتر ہے + زچہ کے لئے مقوی اغذیات بہم پہنچانا بذریعہ دودھ کے بچے پر بھی صحت بخش اثر رکھتا ہے +

بحالات مخصوص اگر کوئی شخص ایسی اولاد پیدا کرنا چاہتا ہو۔ جو دماغی پہلو میں کمال کا اظہار کرے۔ تو چونکہ دماغ انسانی چالیس برس کی عمر میں تکمیل پر پہنچتا ہے۔ اس لئے اس عمر کے بعد پچیس سالہ لڑکی سے جو کہ باقاعدہ برہمچریہ دھارن کئے ہوئے وِدّیا کا کمال حاصل کر چکی ہو۔ بواہ کر کے مذکورہ بالا طریق عمل میں لائے + لیکن یہ خیال رہے۔ کہ اگر ہر شخص اس عمر تک شادی کرنے سے محترز رہیگا۔ تو اس سے قومی آبادی کا کم ہو جانا لازمی ہے۔ کیونکہ نہ صرف شروع عمر میں قوت تولید زیادہ ہوتی ہے۔ بلکہ اس لئے بھی کہ نسلاً بعد نسلاً وقفہ بڑھتا جاتا ہے۔ یعنے دوسری نسل پہلی نسل کے حد سے گزر جانے پر تیار ہوتی ہے + اور اگر برخلاف اس کے بچپن میں بواہ کر دیا جائے۔ تو نہ صرف دونو کی تعلیم میں ہی نقص آئیگا۔ بلکہ گن کرم سوبھاؤ کی ایکتا بھی نہیں معلوم ہوگی۔ نیز کمانے کی قابلیت نہ ہونے سے غریبی۔ بدنی تکمیل نہ ہونے سے کمزوری و بیماری اور جہل میں مبتلا ہونے سے گھر میں مصیبت رونما ہوگی + کثرت اولاد کی تکالیف کے علاوہ بدہوائوں کی کثرت اور اس سے بدکاری یا تبدیلئے مذہب وغیرہ نتائج علیحدہ رونما ہونگے + چونکہ تیرہ سے سولہ سال کی عمر تک لڑکی اور اٹھارہ سے چوبیس سال تک لڑکے کا دماغ بباعث بچپن سے جوانی میں تبدیل ہیئت کرنے کے اخلاقی طور پر صحیح نہیں ہوتا۔ اس لئے ان ایام میں اگر شادی شدہ ہو۔ تو کثرت شہوت رانی کا شکار ہو کر ایسی

چوٹ کھاتا ہے۔ کہ تمام عمر کے لئے کف افسوس ملتا ہے۔

بقول کبیر صاحب:-

۵ ناری پرائی آپنی بھوگے نرکے جائے
آگ آگ سب ایک سی ہاتھ لگے جل جائے

بدیں وجوہات دھرم شاستر کے کتھن انوسار لڑکے کا پچیس سال اور لڑکی کا سولہ سال کے بعد ہی بواہ کرنا قابل تسلیم ہے ٭

اس کے بعد دوسرا امر قابل توجہ یہ ہے۔ کہ جن امراض کا ورثے میں آنا ممکن ہو۔ ان امراض کے مریض شادی کے خیال سے پرہیز کریں۔ تاکہ نوع انسان کثیر التعداد مصائب سے محفوظ رہے +

چنانچہ علامۂ دہر افلاطون نے اولاد کی صحت اور قوت کو اعلےٰ درجے کی بنانے کی غرض سے اپنے وقت کی حکومت کو اس فرض کی

---

عا چونکہ شادی کے مدعا حقیقی باہمی بشواس رکھنا اور عمدہ اولاد پیدا کرنا ہیں۔ اس لئے خاوند کو زیادہ عورتیں اور عورت کو ایک سے زیادہ خاوند کرنا خلاف قدرت ہے۔ کیونکہ بالترتیب ایک غلطی ایک مدعا کو برباد کر دیتی ہے ٭ علاوہ ازیں استری کے بانجھ ہونے پر اگر پورش کو خاص اختیار دئے جائینگے۔ تو پورش کے نامرد ہونے پر استری بھی ویسے ہی حقدار ہوگی۔ لہٰذا طلاق اور دوسری شادی بھی ناجائز امر ہے۔ ہاں البتہ جس طرح ضروریات جسمانی کے متعلقہ ہر ایک شے کسی مالدار شخص سے مانگ کر استری یا پورش ایکدوسرے کی امداد کر سکتے ہیں۔ ویسے ہی اولاد کی غرض سے خاص صورتوں میں ویریہ دان دے یا لے کر اپنی نسلی ضرورت پوری کر سکتے ہیں۔ گویا جس طرح کسی کا "بچہ" لے کر متبنےٰ بنایا جا سکتا ہے۔ جس میں دو تو انش غیر کے ہوتے ہیں۔ ویسے ہی نیوگ سے پُتر لیا جا سکتا ہے۔ جس میں صرف ایک انش غیر کا ہوگا + اور غیر کا تعلق اُس پر ویسے ہی کچھ نہیں ہو سکتا۔ جیسے کہ کپڑے یا کھانے کا دان کرنے کے بعد کسی قسم کا حق نہیں رہتا ٭ اگرچہ خلاف رواج ہونے سے "نیوگ" ناگوار سا عمل معلوم ہوتا ہے۔ لیکن بغور دیکھا جائے۔ تو خلافِ عقل نہیں کہا جا سکتا +

طرف توجہ دلائی تھی۔ کہ "مضبوط اور تندرست مردوں کو چن کر
اُن کی علیحدہ اور ایسی ہی عورتوں کی علیحدہ بستیاں بسائی جائیں۔
اور صرف انہی کو اولاد پیدا کرنے کا حق حاصل ہو" + اگرچہ بظاہر یہ
تجویز بیہودہ سی معلوم ہوتی ہے۔ لیکن غور کی آنکھوں سے دیکھا
جائے۔ تو اس کی معقولیت میں شک کرنا نامعقولیت کا ایک خاص
ثبوت دینا ہے۔ کیونکہ جسمانی مضبوطی حاصل کرنے کے لئے نباتات
سے لے کر انسان تک قدرت کا قانون یکساں حکمرانی کر رہا ہے۔
اس لئے جو لوگ چاہتے ہیں۔ کہ ان کی اولاد تندرست اور صاحب
عمر ہو۔ ان کا فرض ہے۔ کہ خود بوقت تخم ریزی تندرست ہوں۔
ورنہ نتیجہ خلاف خاطر ہونا قدرتی امر ہے +

تیسری بات جس کا شادی کے وقت خیال رکھنا ضروری ہے۔
یہ ہے۔ کہ مرد و عورت قریبی رشتے میں سے نہ ہوں۔ ورنہ
اولاد میں کئی قسم کے نقص نمایاں ہونے کا احتمال ہوتا ہے +
ڈاکٹر آرتھر ٹاڈ وہائٹ لکھتے ہیں۔ کہ "بچوں کے پیدائشی نقص
کی عام طور پر چار وجوہات ہوتی ہیں۔ (۱) سب سے ضروری امر تو حمل
کے ابتدائی ایام میں اسقاط کرانے کی غرض سے ادویات کا
استعمال کرانا ہے۔ (۲) شراب خوری۔ (۳) آتشک (۴) خون
کے رشتے میں شادی کرنا۔ کیونکہ ہر ایک کنبے میں کسی نہ کسی قسم
کا نقص ضرور ہوتا ہے۔ مثلاً سُننے دیکھنے یا دماغی فعل وغیرہ
میں۔ خواہ وہ بباعث کمی کے معلوم نہ ہو۔ اس لئے جب ایک
ہی کنبے میں دو اصحاب باہم شادی کر لیتے ہیں۔ تو ان کی اولاد
کو دُگنا حصہ ملنے کی وجہ سے وہ عیب نمایاں ہو جاتا ہے۔ جو کہ
والدین میں مخفی تھا" + نیز آنجناب یہ بھی لکھتے ہیں۔ کہ نزدیکی رشتے
میں شادی کرنے والوں کے پانچ چھ بچے ہونے کی صورت میں
تمام کے تمام میں نے کبھی بھی تندرست نہیں دیکھے۔ گویا وہ

یا تین بچے ہونے کی صورت میں تو ممکن ہے۔ کہ وہ بجزیت ہوں۔
لیکن زیادہ تعداد میں ہونے سے ضرور ہی ناقص ہوتے ہیں۔ بلکہ
خاص کر مادر زاد اندھا تو سوائے ایسی صورت کے میں نے کبھی بھی
نہیں دیکھا۔ پس جس طرح کائینات میں گھوڑی اور گدھے کے
وصال سے بباعث دور کا رشتہ ہونے کے خچر دونو سے طاقتور پیدا
ہوتا ہے۔ ویسے ہی شاستر کی ہدایت کے بموجب طاقتور اولاد پیدا
کرنے کے لئے مرد و عورت میں رشتہ اور سکونت کے لحاظ سے
بمقابلہ نزدیکی کے دُوری بہتر ہے۔ اس لئے ان تنگ خیال
اشخاص پر سخت افسوس ہے۔ جنہوں نے فرضی ذات پات کے
بندھن سے اپنے حلقۂ برادری کو اس قدر تنگ کر لیا ہے۔ کہ
اکثر صورتوں میں تندرست لڑکی کے لئے اس محدود حلقے میں
کوئی موزون لڑکا نہیں ملتا۔ اور بحالات مجبوری وہ بیچاری کسی
مریض یا ناقابل شخص کے سپرد کی جاتی ہے۔ یا برعکس اس کے
لڑکے کو صرف برادری کی تنگی کی بدولت کسی مریضہ لڑکی سے شادی
کرنی پڑتی ہے۔ جس کا نتیجہ اولاد پر سخت نقصان رساں صورت
میں ظاہر ہوتا ہے۔ حالانکہ منوجی اپنی سمرتی میں صاف طور پر
اجازت دیتے ہیں۔ کہ اگر برہمن چاہے۔ تو اپنے ورن کے علاوہ
دیگر ورنوں کی لڑکی سے بھی بیواہ کر سکتا ہے۔ اس لئے اپنے
ورن کی مختلف شاخوں کا تو ذکر ہی کیا۔ مطلب بہرحال یہ ہے۔
کہ اولاد اعلیٰ اوصاف سے موصوف ہو۔

(۳) حسن :- علاوہ تمام مانسک تسکینوں (جن کا مفصل ذکر تیسرے
باب میں ہو گا) کے پورے طور پر نشو و نما یافتہ ہونے کے اس پہلو
میں بیواہ کے سمے بغرض اپنی اور اولاد کی راحت کے دو امور کا
خاص خیال رہنا چاہئے :- (۱) لڑکا لڑکی گن کرم سوبھاؤ میں ایک
دوسرے کے انوسار ہوں (۲) انہوں نے بچوں کی پرورش اور

تربیت کے اصول باقاعدہ طور پر مطالعہ کئے ہوں + ان میں سے اول الذکر مطلب تو دونو کی جنم پتری کے مقابلہ کرنے سے حاصل ہو سکتا ہے + گو آجکل کی مروّجہ "جنم پتری" سے سوائے تاریخ پیدائش و یعنے عمر کے اور کچھ پتہ نہیں ملتا۔ لیکن در اصل اس سے مُراد موجودہ زمانے کی "ڈائری" یا مختصر سوانحعمری سے ہے۔ یعنے جس دن سے بچہ پیدا ہوا ہے۔ اس دن سے بواہ کے دن تک وہ کن حالات میں سے گزرا ہے؟ کن امور سے خاص دلچسپی لیتا رہا ہے؟ کن امراض میں مبتلا رہ چکا ہے؟ کون کون سی خاص خوبی حاصل کر چکا ہے؟ علےٰ ہذا القیاس ہفتے کے سات دنوں کی سرگذشت کے ساتھ اس کے جسمانی اور دماغی قابل ذکر حالات کو مجموعی طور پر نوگرہ کی جگہ ہر ایک مہینے کے متعلقہ بارہ خانوں کی صورت میں "برش پھل" کا نقشہ بنا کر سمدھی کے ہاں بھیجنا یا سویمبر کی رسم رچا کر مطلوبہ جوہر کی آزمائش کرنا پنڈت لوگوں کو باہمی سمبندھ قائم کرنے میں خاص مدد دیتا ہے +

دوسرے مطلب کے لئے (جیساکہ ہربرٹ سپنسر صاحب نے اپنی تصنیف "ایجوکیشن" میں لکھا ہے) یہ امر قابل غور ہے۔ کہ جب کوئی موچی بغیر سیکھنے کے جوتا تک نہیں بنا سکتا۔ تو بھلا پرانی جاہلانہ رسوم اور اتفاق سے بچوں کی پرورش کیونکر ٹھیک ہو سکتی ہے؟ گویا ان کی جسمانی عقلی اور اخلاقی تربیت کا طریقہ سیکھے بغیر بچوں کا پیدا کرنا ویسے ہی خلاف عقل ہے۔ جیسے "اناٹومی" (تشریح جسمانی) سیکھے بغیر کسی شخص کا جراحی کرنا + چونکہ آج کے بچے کل کے باپ ہونگے۔ اس لئے ہر شخص کا فرض ہے۔ کہ وہ قوم کے اس بہترین سرمائے کو ہر پہلو سے مکمل بنانے کے لئے مندرجہ ذیل امور کا خیال رکھے:۔ (۱) ان کا جسم اور دماغ بخوبی تربیت یافتہ ہو۔ (۲) وہ اپنے اور کُنبے کے گذارے کے

لائق کما سکیں۔ (۳) اپنے کُنبے کے تعلقات اور شہری پن کے فرائض وحقوق سے پورے طور پر واقف ہوں۔ تاکہ آزادی اور راحت سے زندگی بسر کر سکیں + (۴) چونکہ اخلاق بغیر مذہب[۱] کے کوئی مضبوط بنیاد نہیں رکھتا۔ اس لئے جس طرح ابتداء عالم میں بصورت وید اور اوپنشدوں کے قدرت کی طرف سے انسان پر دھرم اور فلسفہ کی تعلیم کے دروازے کھلے۔ ویسے ہی بچپن میں ہر شخص کو بیشتر اس کے کہ سائنس[۲] کی مختلف شاخوں (جن پر مذکورہ بالا امور مبنی ہیں) کا خیال کرے۔ اپنی اولاد کے گیتا وغیرہ کی شکل میں روحانی تعلیم خاص طور پر ذہن نشین کرانی چاہیئے۔ تاکہ پریم اور شانتی ۔

---

ع[۱] اگرچہ ہربرٹ سپنسر بقاء روح کا قائل نہ ہونے سے مسئلہ کرم اور آواگون کو نہیں مانتا تھا۔ لیکن مشہور زمانہ سائنسدان سر آلیور لاج اور مسٹر میر وغیرہ اصحاب کے بیانات اس امر کے مظہر ہیں۔ کہ جس طرح ہندوستان مغربی سائنس کا محتاج ہے۔ ویسے ہی مغرب بھی اس کی فلاسفی کے آگے سرنگوں ہو رہا ہے + چنانچہ علاوہ "سائیکیکل ریسرچ" سوسائیٹیوں کے پروفیسر بوس کا ذرے ذرے میں چیتن کی موجودگی ثابت کرنا "اصل آریہ ورت کی ویدانت ودیا کی ہی دوسرے الفاظ میں تصدیق کرنا ہے +

ع[۲] یوں تو مذکورہ بالا ہر سہ امور میں خاطر خواہ کامیابی اس کو ہو سکتی ہے۔ جو کہ "فزیالوجی وسائیکالوجی" "فزکس کیمسٹری باٹنی زوآلوجی و پولیٹیکل ایکانومی" اور "سوشیالوجی" وغیرہ سائنس کی تمام شاخوں کا فاضل ہو۔ لیکن عام ضرورت کے لحاظ سے کچھ اصول کتاب ہذا میں دوسری جگہ پر بیان کئے گئے ہیں۔ چند ایک مختصر اشارے ذیل میں درج کئے جاتے ہیں :- (۱) جسمانی تربیت کے لئے غذا کے اجزا کی مناسبت اور ان کے مقداریں کافی ہونے کے علاوہ گوناگونی کا خاص خیال رکھنا چاہئے۔ جس کے لئے پراچین بھارت میں برہمچاریوں اور سنیاسیوں کو ایک گھر میں بھوجن کرنے کی جگہ گھر گھر سے بھکشا مانگ کر کھانے کی حاجت ہوتی تھی۔ نیز عادات میں یکدم تبدیلی نہیں کرنی چاہیئے + لباس بلحاظ موسم کافی گرم ہو۔ لیکن بوجھل اور تنگ نہ ہو۔ ورزش جسمانی دلچسپی اور فرحت آمیز کھیلوں کی صورت میں کرائی جائے + دماغی مادہ [illegible] سے زیادہ ہونے پر نہ صرف ہاضمہ اور دوران خون میں کمزوری لانے سے جسم پر مضر اثر رکھتا ہے۔ بلکہ دماغ

شجاعت اور امید کا سمندر ہمیشہ ان کے من میں موجزن رہے +

نوٹ :- یہاں پر اس امر کا اظہار ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ ترمیت اولاد سے مراد صرف لڑکوں کی تعلیم و تربیت ہی نہیں۔ بلکہ قومی گاڑی کے دونو پہیوں کو برابر رکھنے کی غرض سے لڑکیاں بھی ویسے ہی سلوک کی مستحق ہیں ÷ یہ امر دیگر ہے۔ کہ بلحاظ اختلاف فطرت کے یہ قدرے مختلف قسم کی تعلیم سے اپنے قواعد کی نشو و نما حاصل کریں +

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۳۲۴) کے بڑھنے میں بھی رکاوٹ پیدا کرتا ہے۔ نیند میں فتور ڈالتا اور بیداری میں اوداسی بھی اس کے نتائج ہوتے ہیں ÷ صرف انہی چند ایک باتوں کے نہ جاننے کا نتیجہ ہے۔ کہ دنیا بھر کے شفاخانوں میں رونق ہونے کے علاوہ عام طور پر گھر گھر میں بیماری کی شکایات سُنی جاتی ہیں۔ جن کی بدولت بیشمار طبیبوں کی روزی چل رہی ہے۔ اور کثیر التعداد اصحاب کے لئے "زندگی" مفید اور راحت بخش ہونے کی بجائے ایک قسم کا بوجھ اور وبال جان ہو رہی ہے۔ بمصداق :- ؎ مرنے کو میں تو راضی ہوں موت کو موت آگئی
زندگی اب گلے پڑی اس کی میں کیا دوا کروں؟

کیا ان چند باتوں کا ماہر ایک بچے کی تعلیم میں داخل ہونا ضروری نہیں؟ جو کہ پیش از وقت اس کو موت کے مُنہ میں جانے سے روکنے اور بہت سے وقت اور اخراجات کو بچا کر اس کی زندگی کے فرحت بخش بنانے کا باعث ہوں + کتنے تعجب کا مقام ہے! کہ اہل ہند مذہبی معاملات میں بحث کرتے ہوئے تو مخالف کے عقائد متعلقہ خدا و روح پر نکتہ چینی کر کے بال کی کھال نکالیں۔ لیکن اپنے بدن کی کھال کے نیچے کسی عضو کی ساخت اور فعل سے بھی ناواقف ہوں۔ جس سے صحت جسمانی کے قوانین کو بھی بخوبی سمجھ سکیں + قیام صحت کے لئے دوسری ضرورت "دولت" کی ہے۔ سو اس کے متعلقہ نہ صرف دھن پیدا کرنے کے طریقوں سے ہی بچے کو واقف کرنا کافی ہے۔ بلکہ جراح کے فصد لینے کی طرح کروڑوں روپیہ جو بذریعہ غیر ممالک کے افسروں کی تنخواہ اور تجارت کے ہر سال ملک سے باہر چلا جاتا ہے۔ اس کے روکنے کی تجاویز پر بھی توجہ دلائیں۔ جو کہ بھاپ اور بجلی کی طاقت اور مشینوں کو کام میں لا کر ملکی تجارت کو فروغ دینے اور نو آبادیوں کی طرح سوراجیہ کے حصول پر ہی ممکن ہے + (۲) عقلی تربیت میں یہ خیال رکھنا

چونکہ آجکل اکثر اصحاب کسی امر کو اس وقت تک قبول نہیں کرتے۔ جب تک کہ اس پر مغربی سائینس کی طرف سے تصدیق کی مُہر نہ لگی ہو۔ اس لئے ذیل میں چند ایک ایسے سائنٹفک نکات درج کئے جاتے ہیں۔ جن سے ناظرین کو عام واقفیت میں اضافہ ہونے کے ساتھ ہی

---

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۴۲۵) ضروری ہے۔ کہ کونسے قواء پہلے ظہور پکڑتے ہیں۔ اور کون سے اُن کے بعد؟ اور وہ کس طرح پر بآسانی تقویت پا سکتے ہیں؟ کیونکہ جس طرح غلط غذا دینے سے صحت جسمانی میں نقص آجاتا ہے۔ ویسے ہی ان امور کی ناواقفی میں اکثر والدین بچوں کے کمزور قواء دماغی کو بجائے بنانے کے بگاڑ دیتے ہیں۔ خواہ غلط طریقۂ تعلیم اور پیش از وقت ان پر بوجھ ڈالنے کی غلطی ہو۔ یا بیفائدہ واقعات و توہمات سے اُن کے دماغ کو پُر کرنے کی + اس لئے صحیح تعلیم دینے کے لئے نہ صرف واقعات ہی خاص قسم کے ان کے خیال میں جمع کرنے چاہئیں۔ بلکہ ان کے پیش کرنے کا طریقہ بھی خاص ہونا چاہئے + چونکہ اشیاء کا جیسا صحیح علم اپنے حواس سے ہوتا ہے۔ ویسا کتابوں میں ان کے حالات پڑھنے سے نہیں ہوتا + دیگر نتائج ہمیشہ واقعات سے اور عمومیت کے خیال ہمیشہ مفردات سے نکلتے ہیں۔ اس لئے بچوں کی عقلی تربیت میں ہمیشہ یہ امر مدنظر رہنا چاہئے۔ کہ ان کی قوت مشاہدہ اور غور کرنے کی طاقت نشوونما پائے۔ نہ کہ صرف حافظہ بھرپور ہو کر غیر منہضم کھانے کی طرح بجائے مفید ہونے کے مضر ہو۔ یعنے یا تو قے و اسہال کی طرح اخراج پا جائے (گویا سب کچھ بھول جائے) یا اندر ہی سڑتے ہوئے باقی قواء کی صحت میں بھی مخل ہو۔ گویا بیہودہ تشکوک سے انتشار طبع کا باعث ہو + چونکہ صحت کا ہر ایک کام فرحت بخش ہوتا ہے۔ اور برخلاف اس کے تکلیف دہ امر غلطی کا مظہر ہوتا ہے۔ اس لئے جس واقفیت لینے سے بچہ نفرت کرتا ہو۔ اس کے معنے ہیں۔ کہ یا تو علم وقت سے پہلے دیا جا رہا ہے یا ناقابل ہضم صورت میں ہے۔ غرض یہ ہے۔ کہ تعلیم دلچسپ اور گوناگوں ہو۔ تاکہ ایک قسم کے قواء پر زور پڑنے سے تکان نہ ہو + ابتدائی عمر میں صرف حواس اور عضلات کو ہی کام میں لانا چاہئے + (۳) اخلاقی تربیت سے مراد انسان کی حس ہمدردی کے نشوونما کرنے سے ہے۔ جس پر کہ سماجک جیون کا دارومدار ہے۔ یہاں تک کہ ہر شخص پورے طور پر "آتم سنیم" اور "آتم بشواس" کے اوصاف سے موصوف ہو۔ گویا ان کا ہر ایک فعل نہ فرض۔ ہمدردی اور گیان (ستوگن) کو بذاتہٖ ان کی خاطر پیار کرنے پر مبنی ہو۔ نہ کہ لذات حواس اور غرور کے ادنے

آریہ رشیوں کی دماغی بلند پروازی کا بھی اندازہ ہو سکیگا۔ جنہوں نے مسیح سے بیسیوں صدیاں پیشتر ایسے اعلٰے نتائج قلمبند کر چھوڑے ہیں۔ کہ جن کی تصدیق بیسویں صدی کے محققین اپنی تازہ ترین تحقیقات سے کر رہے ہیں :-

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۴۲۶) جذبات کی سیری کے لئے + موجودہ زمانے میں عام طور پر لوگ پولیس کے خوف سے "صاحبِ اخلاق" دکھائی دے رہے ہیں۔ اگر کسی قسم کا بیرونی دباؤ نہ رہے۔ تو اغلب ہے۔ کہ وحشیانہ اور حیوانی جذبات اس زور سے جلوہ نما ہوں۔ کہ زندگی دُوبھر ہو جائے + بایں ہمہ ہر شخص جانتا ہے۔ کہ بیرونی حکومت خواہ کتنی بھی اچھی کیوں نہ ہو۔ تاہم وہ اس حکومت کی برابری نہیں کر سکتی۔ جو کہ لوگوں کی طرف سے خود اپنے اُوپر کی جا رہی ہو۔ اسی اصول پر سوسائٹی دن بدن غلامی سے آزادی کی طرف ترقی کر رہی ہے + چونکہ اس معراج اعلٰے یعنی سوراجیہ (جیون مُکتی) کی پراپتی کے لئے خود ضبطی اور بُردباری لازمی سادھن ہیں۔ اور بچے میں نقل کا مادہ خصوصیت سے نمایاں ہوتا ہے۔ اس لئے تربیتِ اخلاق کی غرض سے والدین کو سب سے پہلے اپنی خود ضبطی کی مثال بچوں کے پیش کرنی چاہئے۔ جس سے نہ صرف اولاد پر ہی مفید اثر پڑتا ہے۔ بلکہ والدین کو بھی گرہست آشرم سے حقیقی مدعا کے حصول یعنے اپنے اخلاق کے سُدھار کا خاص موقع ہاتھ آتا ہے + چونکہ بچوں کی غلطی دراصل ایک قسم کی کمزوری ہوتی ہے۔ اور کمزوروں پر سختی کرنا یا ان کی غلطی کو دیکھ کر آپے سے باہر ہو جانا اور قوت انتقامیہ کے جذبے کو جوش میں لانا ایک قسم کا حیوانی ورثہ ہے۔ اس لئے اول تو احکام ہی بچے کے مفید مطلب صادر کرنے چاہئیں۔ جن کی عدم بجا آوری ہیں وہ خود بخود قدرتی سزا پا کر تجربہ کار ہے۔ کیونکہ تجربہ ہی بہترین اُستاد ہے۔ دیگر۔ اگر تادیب مجلسی کی غرض سے تعمیل حکم کرانا ضروری بھی ہو۔ تو ہمیشہ ہمدردی اور اس کی اصلاح کے خیال کو مدنظر رکھ کر ہی اظہار ناراضگی یا قدرے تنبیہ کر دیں۔ کیونکہ آجکل ہر قسم کی تعلیم و تربیت میں پریم اور وچار سے کام لینا ہی تہذیب کا نشان ہے۔ کسی قسم کی سختی کرنا یا سزا دینا وحشیانہ زمانے کی یادگار سمجھی جاتی ہے + ہاں البتہ یہ بات ضروری ہے۔ کہ جس طرح طبعی قانون کی مخالفت قدرتی سزا کا موجب ہوتی ہے۔ ویسے ہی سلسلۂ علت معلول میں مجلسی قوانین کی مخالفت کا اتنے دُکھ سے سمبندھ ذہن نشین کرایا جائے۔ جتنا کہ سوسائٹی سے بطور "ری ایکشن" کے پہنچا ممکن ہو + برخلاف اس کے "سزا" مصنوعی یعنے خود ساختہ قوانین پر مبنی ہونے سے

## (۱) برہمچریہ کا نتیجہ

گذشتہ چند سال کے تجربات سے معلوم ہوا ہے۔ کہ "تھائیمس گلینڈ" اور "خصیوں" کے درمیان ایک ایسا تعلق ہے۔ کہ اپنے خاص کام کے علاوہ ایک دوسرے کی عدم موجودگی میں بھی کام دیتا ہے۔ یا ایک کے زیادہ کام میں لانے سے دوسرا بیکار ہو جاتا ہے۔ چنانچہ "گنی پگز" نامی جانوروں میں "تھائیمس گلینڈ" کے بچپن میں ہی نکال دینے سے خصیئے جلد تر نشوونما یافتہ دیکھے گئے ہیں۔ نیز سانڈوں میں (جن کے اعضاء تناسل کو زیادہ کام کرنا پڑتا ہے) اگر تھائیمس گلینڈ جلد

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۳۲۷) نہ صرف اس قانون سے ہی ناواقف رکھتی ہے۔ بلکہ والدین کا غصہ بطور نتیجہ بدی جتلانے کے جب اُن سے رہائی ہوتی ہے۔ پھر بدی کی طرف مائل کرتی اور مجلسی سزا کا قانون سکھاتی ہے۔ دیگر بچے کی غلطی کا خمیازہ والدین کو فطرتی اور بچے کو مصنوعی ملنے سے دونو کی طبائع میں بدمزاجی داخل ہو جاتی ہے۔ اور غصہ ور طبیعت کے ناخوشگوار احساس سے قانونِ تسلسل خیالات کے زیر اثر بچے کو والدین سے متنفر کر دیتی ہے۔ حالانکہ اصلی مدعا پریم کا بڑھانا ہوتا ہے۔ پس یہ یاد رہنا چاہئے۔ کہ چونکہ سماجک ترقی کے ساتھ اخلاقی معیار بھی ترقی کر رہا ہے۔ (چنانچہ وہ اطوار جو کچھ عرصہ بیشتر صاحب اخلاق کے لازمی اوصاف سمجھے جاتے تھے۔ آجکل غلامی سے منسوب کئے جاتے ہیں) اس لئے گھر کی تربیت کو آئندہ سماجک اوستھا کے لائق بنانے والے ابتدائی سکول کا کام سمجھنا چاہئے۔ نہ کہ والدین کی تن آسانی اور شخصی حکومت کے جذبے کی سیری کا سادھن۔ اس لئے جیوں جیوں بچہ بڑا ہوتا جائے۔ اس کو اپنی آزاد مرضی پر چھوڑتے جائیں۔ تاکہ آپ کے بعد جب اس پر شخصی حکومت نہ ہے وہ اندرونی ضابطے سے اپنے تئیں بدکاریوں سے محفوظ رکھے۔ ورنہ اگر آخری وقت تک آپ یکساں سختی سے کام لینگے۔ تو یا تو آپ کے اثر سے نکلتے ہی وہ حد سے زیادہ بدعملی کا شکار ہو جائیگا۔ یا اس شخص کی فطرت غلامی پسند ہو جائیگی۔ بہرحال وہ اپنے اوپر آپ حکومت کرنے کے لائق نہیں۔ بلکہ دوسروں سے حکومت سہے جانے کے لائق بنیگا۔ جو امر کہ اخلاقی تربیت کا متضاد ہے۔

گھٹ جاتے ہیں۔ تو خصّی بیلوں میں (جن کے خصیئے بیکار کر دئے جاتے ہیں) ان کا کام برابر جاری رہتا ہے۔ گویا "تھائیمس" نامی گلٹی کے قد کا انحصار خصیوں کے فعل سے برخلاف رہتا ہے + دیگر یہ امر بھی مسلمہ ہے۔ کہ یہ گلٹی انسان میں پندرہ سولہ سال کی عمر تک بڑھتی اور بعدہٗ کم ہونا شروع ہوتی ہے۔ جس سے ثابت ہوتا ہے۔ کہ اس کی اندرونی رطوبت (ہارمون) پختہ جوانی میں درکار نہیں ہوتی۔ بلکہ نشوونما کے لئے ضروری ہے + نیز وہ تبدیلیاں جو لڑکے سے آدمی اور لڑکی سے عورت بننے کے وقت ظہور پکڑتی ہیں۔ دراصل خاص قسم کی "ہارمون" کے فعل کے بند ہونے اور خاص نئی قسم کی "ہارمون" کے فعل کے آغاز کا نتیجہ ہوتی ہیں + کیا ان واقعات کی موجودگی میں یہ نتیجہ ٹھیک نہیں؟ کہ جو اصحاب آغاز شباب میں ہی برھمچریہ کا ناش کر دیتے ہیں۔ ان کی نشوونما میں نقص آنا لازمی ہے + گویا تکمیل نشوونما تک برھمچریہ جسمانی اور دماغی ترقی کا لازمی سادھن ہے + اور اگر دوسرے پہلو سے دیکھا جائے۔ تو بھی یہی امر ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ منش کے ایک دفعہ کے خارج شدہ "ویریہ" میں اوسطاً بائیس کروڑ ساٹھ لاکھ "سپیرمیٹوزوا" نامی منی کے کیڑے اخراج پاتے ہیں۔ جن کے سر میں "نیوکلی این" نامی ایک ایسا کیمیائی مرکب ہوتا ہے۔ جس میں دس فیصدی سے زیادہ فاسفورس پایا جاتا ہے +۔ چونکہ دماغ کی ساخت میں بھی "لیسی تھین" نامی ایسا مرکب شامل ہوتا ہے۔ جس میں فاسفورس کی خاص مقدار کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس لئے برھمچریہ کے ناش کرنے سے لازمی ہے۔ کہ خون میں دماغی ساختوں کے لئے کافی فاسفورس نہ رہے۔ جس سے وہ بجائے ترقی پانے کے بتدریج کمزور ہوتا جائے + چونکہ جسمانی صحت اور طاقت کا انحصار خون کے اجزاء کی موزونیت اور نظام عصبی کی درستی پر ہوتا ہے۔ اس لئے ان کے نقص پذیر ہونے سے جسمانی

حالت کا ناقص ہونا لازمی ٹھہرتا ہے + پس برہمچریہ کا رکھنا جسمانی اور دماغی طاقتوں کا بڑھانا اور اُس کا کھونا ان کا برباد کرنا ہے +

## (۲) والدین کا اثر اولاد پر

چونکہ اس مضمون کی ماہیت سمجھنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ انسانی جسم کی ابتدائی حالت کا قدرے علم ہو۔ اس لئے مختصر طور پر پہلے اسی کا ذکر کیا جاتا ہے + معلوم رہے۔ کہ انسان کے جسم میں بھی دیگر حیوانات کی طرح دو قسم کے "سیل" (خوردبینی خانے) ہوتے ہیں (۱) "سیومیٹک سیلز" جو کہ جسمانی اعضائے کی بناوٹ میں کام دیتے ہیں (۲) "جرم سیلز" جو کہ رج (اووم) یا ویریہ (سپرمیٹوزوا) میں پائے جاتے ہیں + ان دونوں میں فرق یہ ہوتا ہے۔ کہ ہر جنس کے پختہ "جرم سیلز" میں "سومیٹک سیلز" کی نسبت ٹھیک نصف تعداد میں "کروموسومز" (ایک رنگت پذیر مادے کی لکیریں) ہوتی ہیں + چونکہ رج اور ویریہ میں نصف نصف تعداد میں "کروموسومز" مل کر انسانی جسم کا بنیادی "سیل" بناتی ہیں۔ اس لئے والدین میں سے ہر دو کی خصوصیتوں کا اولاد میں آنا لازمی ہے۔ البتہ کروموسومز کے اختلاف اوصاف پر کبھی ماتا کا اور کبھی پتا کا اثر زیادہ ہوتا ہے + یہ "بنیادی سیل" "کارپس لیوٹم" (جو کہ اووم کے خارج ہوتے ہی خصیۃ الرحم کے "انٹرسٹیشل سیلز" سے بنتا ہے) کی "ہارمون" کے رحم کی "میوکس" نامی اندرونی سطح پر تحریک کرنے سے اس کے ساتھ چپک جاتا ہے۔ اور اسی کی بدولت "پلیسنٹا" یعنے آنول وغیرہ بنتا ہے + اس بنیادی سیل میں یہ تشکیل ہوتی ہے۔ کہ رحم کے اندر مناسب حالات پانے

* "کروموسومز" کی تعداد مختلف قسم کے حیوانات کے "سیلز" میں مختلف ہوتی ہے کسی میں چھ کسی میں دس وغیرہ وغیرہ + مگر انسانی سیلز میں ان کی تعداد سولہ ہوتی ہے جس سے صاف ظاہر ہے۔ کہ مکمل انسان "سولہ کلا سمپورن" ہی ہو سکتا ہے +

پر "جراثیم" کی طرح ایک سے دو۔ دو سے چار۔ چار سے آٹھ وغیرہ دگنی تعداد میں ترقی کرتا ہوًا مختلف قسم کی اشکال حیوانی میں سے گزر کر تکمیل جسم تک برابر بڑھتا جاتا ہے + مختلف اعضاء کی ساختوں اور افعال میں فرق آنے کی وجہ یہ بیان کی گئی ہے۔ کہ جس طرح جراثیم مختلف قسم کی اغذیات (پروٹین یا شوگر وغیرہ) میں پرورش پانے پر اپنے اوصاف میں بدل جاتے ہیں۔ ویسے ہی یہ "سیلز" باہمی ایکدوسرے کے دباؤ میں آنے اور حالات گردو نواح کے اختلاف یعنے "ایونز" کے فرق کی وجہ سے مختلف صورتیں اختیار کر لیتے ہیں۔ گویا انسانی نسلوں کے اختلاف کی طرح اختلاف الاعضاء بھی حالات گردو نواح کے اختلاف کا ہی نتیجہ ہوتا ہے + مگر اب سوال یہ رہا۔ کہ وہ "ایونز کیا شے ہیں؟

"ایونز" کی حقیقت:۔ علم کیمیا سے ثابت ہوًا ہے۔ کہ بلحاظ برقی طاقت کو پانی میں گذارنے کے تمام مرکبات دو قسم کے ہیں:۔ (۱) الیکٹرولائٹس۔ (۲) نان الیکٹرولائٹس + ان میں سے اول الذکر وہ ہیں۔ جو کہ پانی میں حل ہونے پر مثبت اور منفی "ایونز" کی صورت میں اجزء ایذیر ہو کر اپنے ایک دوسرے کی طرف حرکت کرنے سے برقی لہر کو گزار سکنے کا باعث ہوتے ہیں۔ جیسے معمولی نمک (سوڈیم "ایونز" + کلورین "ایونز") + لیکن خالص پانی اور نان الیکٹرولائٹس (شوگر وغیرہ) اس میں حل ہونے پر اس وصف کا اظہار نہیں کرتے + چونکہ جسمانی عروق میں "الیکٹرولائٹس" بھی شامل ہوتے ہیں۔ یہ وجہ ہے۔ کہ وہ برقی لہروں کو بآسانی گزار سکتے ہیں + دیگر تجربات سے معلوم ہوًا ہے۔ کہ دل کے عضلے اور "ایمیبا" یا "سلیا" کی حرکت اور "سیل" کی تقسیم وغیرہ کا لگاتار ہوتے رہنا بھی اپنے گردو کے عرق میں مناسب مقدار "ایونز" کی موجودگی پر منحصر ہے۔ گو ہر ایک کام کے لئے مختلف خواص کی اور مختلف مقدار میں "ایونز"

کی ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ بعض قسم کی "ایونز" سکڑنے کی حرکات کو پیدا کرتی ہیں۔ مثلاً سوڈیم۔ بعض ان حرکات کو روکتی ہیں یا کم کرتی ہیں۔ مثلاً کیلسی ام و پوٹاسیم ۔ بعض خود براہِ راست کچھ تحریک نہ کرنے کی صورت میں بھی سوڈیم کے کام میں مدد دیتی ہیں۔ مثلاً ہائیڈروجن و آکسی ہائیڈروجن ۔ کیلسیم کے مخالفانہ اثر کے باوجود کام کو لگاتار کچھ عرصہ تک جاری رکھنے کے لئے اس کی خفیف سی مقدار کی ضرورت ہوتی ہے ۔ یہ "ایونز" "پروٹوپلازم" میں "کولائڈل" قسم کی اشیاء (پروٹیڈ وغیرہ) کی طبعی حالت پر اثر انداز ہوکر یا کیمیائی عمل میں تیزی پیدا کرنے سے "کیمیکل کنٹریکشن" (دل کی طرح باقاعدہ ٹھہر ٹھہر کر سکڑنا) پیدا کرتی ہیں۔ چنانچہ دل کو جسم سے علیحدہ کرکے اگر پانی میں رکھیں۔ تو ساکن رہتا ہے۔ لیکن نمکیں عرق میں رکھنے سے حرکت کرتا ہے۔ یہ صرف "ایونز" کا ہی اثر ہے ۔ اسی اصول پر لوئب صاحب نے یہ ثابت کیا ہے۔ کہ قرار حمل کا انحصار بھی "ایونز" کے ہی فعل پر ہے۔ گویا۔ "سپرمیٹوزوا" کا کام "اووم" کے احاطہ کرنے والی "ایونز" کی موزونیت اجزا کو ہی ٹھیک درستگی کی صورت میں لانے کے لئے محرک ہونا ہے۔ چنانچہ علاوہ ان کثیر التعداد تجربات کے جن میں بغیر "سپرمیٹوزوا" کی موجودگی کے سمندر کے ادنےٰ درجے کے جانوروں کے "اووا" سے ان کے رہائشی عرق میں نمکیں اجزا کے تبدیل کرنے سے ہی بچے پیدا کئے ہیں۔ آپ اپنی تصنیف "ڈائنیمکس آف لونگ میٹر" میں لکھتے ہیں۔ کہ جس طرح "سپرمیٹوزوا" "اووم" سے مل کر اپنے "سنٹروسوم" کی بدولت اس میں تقسیم کی قوت پیدا کرتا ہے۔ ویسے ہی ریشم کے کیڑے کا انڈا برش کرنے یا "ایکی نوڈرم" کا "اووم" سلفیورک ایسڈ یا ہائیڈروکلورک ایسڈ وغیرہ کیمیائی مرکبات کی بدولت اپنے اندر ہی "سنٹروسوم" پیدا ہونے سے قوت تقسیم یا التناسل [illegible] قدرتی طور پر پیدا شدہ سمجھ سے

ان میں فرق یہ ہوتا ہے۔ کہ ان کے سیلز میں "کروموسومز" نصف تعداد میں رہتے ہیں +

**موروثی اثر**

مندرجہ بالا مضمون سے ظاہر ہے۔ کہ والدین کے خواص کا جوہر تو "کروموسومز" یا "جرم سیل" کی صورت میں ہی اولاد کی سرشت میں قائم ہوجاتا ہے۔ لیکن اب سوال یہ رہا۔ کہ ان پہ بیماری کا اثر کیونکر پہنچتا ہے؟ سو معلوم رہے۔ کہ جس طرح "جرم سیل" سے "سومیٹک سیلز" یعنے جسم کا اظہار ہوتا ہے۔ اسی تعلق کی بدولت "سومیٹک سیلز" کی طرف سے اثرات "جرم سیل" تک پہنچتے ہیں + اگرچہ خصیوں کا خاص عمر تک کام نہ کرنا بھی اس امر پر دلالت کرتا ہے۔ کہ "جرم سیلز" والدین کے دوران خون سے کم موثر ہوں۔ تاہم چونکہ ان کی زندگی کے لئے خاص مقدار میں "میٹابولزم" کا ہونا ضروری ہے۔ اس لئے کسی قدر اثر سے موثر ہو ہی جاتے ہیں + گویا جب دوران خون میں آتشک یا شراب خوری سے زہریں شامل ہوتی ہیں۔ تو ایسے مریضوں کی اولاد پر بھی "جرم سیلز" کی وساطت سے ان کا اثر پڑتا ہے۔ بلکہ باپ کی نسبت ماں کا اثر بہت زیادہ ہوتا ہے۔ کیونکہ نہ صرف "اووم" ہی بلکہ نو مہینے حمل میں خون کی حالت سے اور بعد پیدائش دودھ کی حالت سے موثر ہونا پڑتا ہے + دیگر۔ نظام عصبی کا براہِ راست تو والدہ اور جنین میں کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ لیکن چونکہ "نروس سسٹم" پر خراب اثر ہونے سے عام صحت میں فرق آجاتا ہے۔ نیز اس کے اثر سے مختلف اعضاء کی اندرونی رطوبتوں میں نقص آنے سے

(حاشیہ صفحہ ۳۳۲) ملا "ایکنوٹو کارپس سلی کوسس" ایلجا نامی جاندار کی تذکیر جنس میں بغیر مادہ کے بھی کئی حالتوں میں بچہ بن جاتا ہے۔ کیونکہ اووم اور سپرم کے پروٹو پلازم کی مقدار یکساں ہوتی ہے + کیا مسیح کا کنواری سے پیدا ہونا ایسی ہی وجوہات کا نتیجہ تو نہ ہوگا؟

خون کی حالت خراب ہو جاتی ہے۔ اس لئے اس کے نقص کا نتیجہ بھی اولاد میں نمایاں ہو جانا نہایت اغلب ہوتا ہے + دوران خون اور نظام عصبی کے علاوہ جو خاص امر والدین سے اولاد پر اثر انداز ہونے میں کام کرتا ہے۔ وہ ورزش ہے۔ چنانچہ بغور دیکھنے والے جانتے ہیں۔ کہ جہاں غریبوں کے اولاد بکثرت ہوتی ہے۔ وہاں بیکھیتی دولتمندوں کے گھر میں اکثر ایک بچے کے دیکھنے کو بھی ترستے ہیں۔ جس سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ ورزش کی کمی اور چربی کی زیادتی بھی بانجھ بنانے کے خاص باعث ہیں۔ یا یُوں کہا جا سکتا ہے۔ کہ ورزش سے تمام جسم کی حالت بہتر ہونے سے "جرم سیلز" کی حالت بھی عمدہ ہوتی ہے +۔ المختصر "سومیٹک سیلز" اور "جرم سیلز" کا تعلق لازمی ہے + لیکن پروفیسر لوئب لکھتے ہیں۔ کہ یوں تو ہر ایک ذی روح پر مانسک شکتی۔ برقی اور مقناطیسی طاقت۔ حرارت۔ روشنی۔ کشش ثقل اور اجزاء خوراک وتنفس وغیرہ کے کیمیائی اثر پڑنے سے ہی تبدیلیاں ہوتی ہیں۔ لیکن آئندہ نسل پر والدین کے وہی اثرات پڑتے ہیں۔ جو کہ ان کے "جرم سیلز" پر پہنچے ہوں۔ جیسے تیتری کے لاروے کو دس درجہ کی حرارت (سردی) میں رکھنے سے اس کی اولاد میں تغیر رنگت کے متعلق نتائج نمودار ہوتے ہیں۔ گویا صرف جسمانی "سیلز" پر اثر پڑنے سے اولاد محفوظ رہتی ہے۔ چنانچہ اہل اسلام کی رسم "ختنہ" اور چوہوں کی دُم کاٹ کر ان کی نسل حاصل کرنے کے تجربات سے ثابت بھی یہی ہوتا ہے۔ کہ والدین کا صرف جسمانی نقص بچے پر کچھ نمایاں اثر نہیں رکھتا + حیوانات پر تجربے کرنے سے ایک اور محقق کی رائے ہے۔ کہ بچے پر نہ صرف اُس کے اپنے "ویریہ داتا" باپ کا ہی اثر پڑتا ہے۔ بلکہ اس کی ماں کے پیشتر کسی دُوسرے نر سے صحبت کرنے کا اثر بھی دوسرے نر کے بچے پر نمودار ہوتا ہے +

## (۱۵) لڑکا یا لڑکی پیدا ہونیکی وجوہات

(۱) والدین کی قوت تولید:۔ اگر والدہ کی قوت زیادہ ہے۔ تو لڑکی اور اگر والد کی قوت بڑھ کر ہے۔ تو لڑکا پیدا ہوتا ہے۔ چنانچہ قحط کے ایام میں اور ملکی جنگ کے بعد نر بچوں کی پیدائش بکثرت ہوتی ہے۔ کیونکہ مصیبت کے دنوں میں عورتوں کو نسبتاً کم غذا ملتی ہے + اور خوشحالی کے دنوں میں چونکہ مستورات کی خوب خاطر داری ہوتی ہے۔ اس لئے لڑکیوں کی پیدائش بکثرت ہوتی ہے +: (۲) حیض کے بعد جلد یا دیر میں صحبت کرنا:۔ اگر "اووم" کے ظہور کے فوراً بعد "سپر میٹوزووا" اس کو مل جائیں۔ تو چونکہ آخر الذکر خاص دوری تک سفر کرنے کے باعث کمزور ہو چکے ہوتے ہیں۔ اور اول الذکر پوری طاقت میں ہوتا ہے۔ اس لئے لڑکی پیدا ہوتی ہے + لیکن اگر برخلاف اس کے حیض کے کئی دنوں بعد "ویریہ دان" دیا جاتا ہے۔ تو لڑکا ہونا اغلب کہا گیا ہے +: (۳) خصیۃ الرحم کی باری:۔ بعض اصحاب کے خیال میں دہنے "اووم" سے بچہ نر ہوتا ہے۔ بائیں سے مادہ۔ اس لئے پیدا شدہ بچے کی جنس کے ذریعے یہ جان کر کہ کون سے خصیۃ الرحم میں اووم پھوٹا ہے۔ آئندہ حمل ہونے کے مہینے تک گن کر یقیناً کہہ سکتے ہیں۔ کہ کون سی نسل پیدا ہو گی؟ یا اسی اصول پہ آئندہ نر یا مادہ بچہ ارادتاً پیدا کیا جا سکتا ہے +:

## (۴) دیوہیکل۔ بونے۔ جوڑے۔ مخنث یا دیگر اقسام کی بدوضعیات کی ماہیت

دیوہیکل یعنی غیر معمولی موٹا یا لمبا بچہ پیدا ہونا تو اس کی "پی چواٹیوری باڈی" نامی دماغی گلٹی کے ایام حمل میں بڑھنے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ جو کہ جوانی میں بڑھ کر "ایکرومیگیلی" نامی بیماری کا

باعث ہوتی ہے + بونے پیدا ہونے کی وجہ خاص وجوہات سے "مادہ زندگی" میں کمی ہونا ہے۔ چنانچہ مینڈکوں پر تجربات کرنے سے معلوم ہوا ہے۔ کہ جب ابتدائی تقسیم شروع ہو کر بنیادی "سیل" دو چار حصوں (جن کو اصطلاحاً "بلاسٹومیرز" کہتے ہیں) میں منقسم ہو چکا ہوتا ہے۔ اس وقت ان میں سے چوتھائی یا نصف "بلاسٹومیرز" کے برباد کرنے پر تو بوقت پیدائش چوتھائی یا نصف جسم کی عدم موجودگی پائی جاتی ہے۔ لیکن اگر ہلنے جلنے سے اسی وقت باقی کے دو یا تین "بلاسٹومیرز" کے وضع قیام میں فرق آ جائے۔ تو بجائے نامکمل جسم کے اتنے ہی بونے جانور پیدا ہو جاتے ہیں + گویا مکمل صورت میں پیدائش کے لئے نہ صرف حاملہ اودم کے مکمل ہونے کی ہی ضرورت ہے۔ بلکہ اس کے تقسیم شدہ حصوں کے باہمی تعلقات میں بھی موزونیت لازمی امر ہے۔ جس کا انحصار قوانین طبعی یعنے کشش ثقل وغیرہ پر ہے + چنانچہ "ٹیوبولیرین" نامی جانور کے نہ صرف اگر سر اور پاؤں کاٹ کر اس کو پیٹ کی بجائے پیٹھ کے بل پانی پر لٹایا جائے۔ تو سر کی جگہ پاؤں اور پاؤں کی جگہ سر نکل آتے ہیں۔ بلکہ اگر بغیر کوئی حصہ کاٹنے کے تمام جسم کو ہی اُلٹ دیا جائے۔ تو بھی پاؤں کا سرا سر کی صورت میں بدل جاتا ہے۔ گویا بیرونی حالات کا اتنا اثر ہوتا ہے۔ کہ اعضاء جسمانی ایکدوسرے کی صورت میں تبدیل ہو جاتے ہیں +

مخنث کی نسبت ٹھیک معلوم نہیں۔ چونکہ پانچ ہفتے تک جنین میں لڑکا یا لڑکی کی کوئی تمیز نہیں پائی جاتی۔ اس لئے بعض اصحاب کا خیال ہے۔ کہ رحم کے اندرونی حالات ہی تذکیر و تانیث کا باعث ہوتے ہیں۔ لیکن ممکن ہے۔ کہ "کروموسومز" کے اوصاف کے اختلاف ہی اس قسم کے نتائج کے ذمہ وار ہوں +

دیگر بدوضعیات کے اسباب "دماغ وغیرہ خاص اعضاء کا نامکمل طور پر نشوونما پانا"۔ "بعض بند ہو جانے والی دراڑوں کا نہ ملنا"۔ یا

در بعض صورتوں میں پہلے دو جنین ہونا مگر بعد میں ایک کا بہت سا حصہ جذب ہو کر باقیماندہ تھوڑا سا حصہ پیدا ہونے والے جنین کے بدن پر چسپاں ہو جانا" وغیرہ ہوتے ہیں۔ جن کو اکثر جاہل مستورات کسی دُشمن کے جادو وغیرہ کا نتیجہ بتلایا کرتی ہیں۔ حالانکہ دراصل یہ تمام امور بہت حد تک عورت کے حدِ اعتدال" سے گذر جانے (خصوصاً حمل کے ایام میں) کا نتیجہ ہوتے ہیں ؞

اوم شم

---

# تن کا ویراگ

۵ دُکھ سُکھ دونو دسم" کر جانے اور مان اپمانا
(گورو نانک صاحب) ہر کھ شوک سے رہے اتیتا رتن جگ تتو پچھانا ؞

اگرچہ بھارت واسیوں کے لئے جن کے رگ و ریشے میں "سنسار کا متھیا ہونا" گھر کر چکا ہے۔ اور جن کی تہذیب کا سرچشمہ مغربی[۱] تہذیب کے برخلاف جنگلوں اور پہاڑوں میں تیاگ اور تپسیا کا جیون[۱] وتیت کر کے رُوح اور نیچر کی ایکتا معلوم کرنے والوں کے پاکیزہ دلوں سے تعلق رکھتا ہے۔ شریر کے سمبندھ میں ویراگ کا مضمون لکھتے ہُوئے قلم تھرتھراتا ہے۔ تاہم سمندر میں برسنے والے بادل کی طرح راقم اپنی محنت کو بیفائدہ ضائع ہوتی نہیں دیکھتا۔ بلکہ بمصداق :-

---

ع[۱] "مغربی تہذیب" کے محقق اس کو اینٹوں اور لوہے کے پنجروں میں مقید شہروں کے رہنے والے اور بھوگوں کے شائقین اصحاب کی باہمی عقلی رگڑ سے "ضرورت ام الایجاد" کے مسئلے کے بموجب نمودار ہونا ظاہر فرماتے ہیں ؞

۵ سخنم قطرہ بود گوش سمیعاں صدفش
قطرہ را دولت دُر دانہ شدن از صدف است

اُمید رکھتا ہے۔ کہ جس طرح ابر نیساں[۲] کا سمندر میں برسنا موتیوں کی پیدائش کا باعث کہا گیا ہے۔ ویسے ہی اغلب ہے۔ کہ اس قطرۂ آبی کی طرح کمزور مضمون کے مطالعہ سے بھی ناظرین کے دومن گو بے بہا موتیوں کے اوصاف کو دھارن کر کے سچے ہنسوں یعنے وویکی پُرشوں کی ضرورت کو پورا کرنے والے بنینگے ÷ پیارے ناظرین! جس طرح دھن کے سمبندھ میں "ویراگ" کے مفہوم کی غلطی سے باون لاکھ بھکھاری قوم کی دولت و آبرو پر ہاتھ پھیرتے اور اپنی جہالت کا زہر پھیلاتے دیکھے جاتے ہیں۔ ویسے ہی تن کے سمبندھ میں بھی جب غور کیا جاتا ہے۔ تو "ویراگ" کے متعلقہ ہندوؤں کی کوتہ اندیشی کے حد سے زیادہ ثبوت ملتے ہیں۔ اس لئے ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ اس کے تشریحی بیان کے لئے بھی کتاب ہذا کا کچھ حصہ مخصوص کیا جائے ÷ آپ لوگ جانتے ہیں۔ کہ نہ صرف سادھوؤں میں ہی جسم سے مضحکہ خیز سلوک کیئے جاتے ہیں۔ مثلاً ننگے رہنا۔ کان پھاڑنا۔ بھبوت رمانا۔ گرمیوں میں پنچ اگنی تاپنا۔ سردیوں میں ٹھنڈے پانی میں کھڑے ہونا۔ کئی کئی دنوں کا فاقہ کرنا۔ اُلٹا لٹکنا۔ بال یا ناخن بڑھانا۔ بازو کو اُوپر اُٹھا کر بے حرکت رکھ کر سکھانا۔ اعضاء تناسل کا کاٹنا وغیرہ وغیرہ) بلکہ طالب علموں اور گرہستیوں میں بھی اسکی طرف سے حد درجہ کی لاپرواہی برتی جاتی ہے۔ جو کہ نہ صرف حیوانوں کی طرح اپنی بود و باش کے مکانات کی

---

ع[۲] یہ پچھلے وقت کے لوگوں کا خیال تھا÷ ورنہ اصل میں موتیا جانور کے غلاف کے اندر ریت کا دانہ یا ایسی دیگر کوئی غیر جنس دخل پاتی ہے۔ تو مادہ سوزش کی طرح جو لعاب سا نکل کر اس کے گرد لپٹتا جاتا ہے۔ وہ موتی کے نام سے رم ہوتا ہے +

صفائی - ہوا اور روشنی وغیرہ کا ہی خیال نہیں رکھتے - بلکہ کھانے پینے اور ورزش یا تفریح کے لئے بھی مناسب توجہ نہیں دیتے ٭ چنانچہ انہی غلطیوں کا نتیجہ ہے - کہ باوجودیکہ تعداد علم اور دولت وغیرہ ہر امر میں اہل ہنود اپنے برادران وطن سے بڑھ چڑھ کر ہیں - تاہم نہ صرف تعداد پیدائش اور عمر طبعی کے لحاظ سے ہی گھٹ رہے ہیں - بلکہ جسمانی طاقت کے مقابلے کا بھی جب کبھی موقع آیا ہے - تو ہمیشہ مار کھاتے سُنے جاتے ہیں - اس لئے اگرچہ عنوان "ویراگ" کا ہے - تاہم پہلے یہ کہنا ضروری معلوم ہوتا ہے - کہ بھائی! منزل مقصود پر پہنچنے کے لئے جس طرح گھوڑے کے گھاس دانے کا خیال رکھا جاتا ہے - کم از کم ویسا تو اس جیون یاترا کی سواری کا خیال رکھو - مبادا! بیمار ہو کر بجائے آپ کا کام دینے کے اُلٹا اپنی خدمت کے لئے آپ کو مجبور کرے ٭ مطلب یہ کہ جب "ابھیاس" کی منزل طے کر لی جاتی ہے - تبھی "ویراگ" کا رس حاصل ہو سکتا ہے - ورنہ بیشتر اس کے تو وہی معاملہ ہوتا ہے - کہ پرائمری کا امتحان تو پاس نہیں کیا - لیکن بی - اے کا کورس حفظ کرنا شروع کر دیا - بھلا اس طرح سے بھی کوئی عالم بن سکتا ہے؟ بوڑھے کی سی ڈاڑھی مونچھ لگانے سے بڑھاپے کی تجربہ کاری حاصل نہیں ہوا کرتی - اس لئے مکرّر اس بات پر توجہ دلائی جاتی ہے - کہ "فرضی ویراگ" کے لالچ میں اپنی ہستی کو ہی ملیامیٹ نہ کرو - بلکہ اس کے اصلی مفہوم کو سمجھنے کی کوشش کرو - جس کو مدنظر رکھ کر آپ کے بزرگوں نے اس پر اتنا زور دیا ہے ٭ چنانچہ ان کی عملی زندگی میں اس حقیقت کی تلاش کرو گے تو انجھو ہوگا - کہ وہ عالمگیر زندگی سے ملنے کے لئے لامکان ہونے اور قوانین قدرت کی پیروی کرنے کی کتنی ضرورت سمجھتے تھے ٭ جہاں کسی پرانی کتاب میں ان کا ذکر ملتا ہے - وہاں وہ نہ

صرف "جاندار دُنیا" یعنے پھلدار درختوں۔ پرندوں اور دُودھ دینے والے مویشیوں سے ہی دوستانہ زندگی بسر کرتے دکھائے گئے ہیں۔ بلکہ "غیر جاندار دنیا" سے بھی ویساہی پریم کرنے والے اور بہتے ہُوئے پانی۔ متحرک ہوا اور ساکن پہاڑوں کے قریب ہی کُٹی میں رہتے بتائے گئے ہیں۔ گویا یہی ریاضت اور سادہ زندگی ان کی اعلےٰ روحانی طاقتوں کا باعث اور دنیوی کمال کا سادھن تھی +
قدرتی مناظر کے سچے مصوّر یعنے کوی کالیداس کی ہی تصانیف دیکھیں۔ توصاف نظر آجاتا ہے۔ کہ تپ اور تیاگ عروج کا باعث اور دنیوی عظمت اور عیش و آرام زوال کا پیش خیمہ ثابت ہوتا رہا ہے۔ چنانچہ "رگھوبنش" میں اس صداقت کا نقشہ یوں نظر آتا ہے۔ کہ وہ خاندان جس میں رام جیسے دھرماتما اور بھرت جیسے پرتاپی مہاراجے (جن کے نام پر آریہ ورت کا نام بھارت ورش ہوگیا۔) پرگٹ ہُوئے۔ اپنی عظمت کی بنیاد اس "رگھو" سے منسُوب کرتا ہے۔ جوکہ اپنے والدین کے "تپ" اور "تیاگ" کا پھل تھا + مگر جب ان کی اولاد "بھوگ" کی طرف مائل ہُوئی۔ تو گویا ترقی کی شام ہوگئی۔ جیساکہ کتاب مذکورہ کے آخری اوراق سے پتہ لگتا ہے + چونکہ آجکل ہندو قوم زوال کی طرف جاتی ہوئی معلوم ہوتی ہے۔ (جیساکہ ڈاکٹر مکرجی کی تصنیف "مرتی ہُوئی قوم" سے روشن ہے) اس لئے صاف ظاہر ہے۔ کہ یہ "سچے ویراگ" کے قوانین سے منحرف ہورہی ہے + پس یہ سچائی آنکھ سے اوجھل نہیں ہونی چاہیئے۔ کہ "گناہ" دراصل "جزو کے لئے کل سے بغاوت کرنا" یعنے فطرت ادنےٰ (لذّات حواس و غرور) کی غلامی میں پڑ کر اعلےٰ مقاصد (علم و آزادی) سے لاپرواہ ہونے کا ہی نام ہے + اور "تیاگ" سے مُراد اپنے تئیں ناش کرنے سے نہیں۔ بلکہ اپنے

آپ کو مکمل بنانے سے ہے۔ یعنے کل[1] کے لیئے جزو کی قربانی کی جائے۔ اور عارضی کو غیر فانی کی خاطر ہیچ سمجھا جائے۔ خود غرضی کو پر اوپکار کے لیئے ذبح کیا جائے۔ اور لذت کو پاکیزگی یا فتح کو سچائی کی خاطر ترک کیا جائے ✤ ورنہ اگر تیاگ اور ویراگ سے یہی مطلب ہوتا۔ جو کہ آجکل کے بھکاریوں میں دیکھا جاتا ہے۔ تب تو بقول ایک کوی کے (ع خوک مل اہاری گج گدھا ہے بھبوت دھاری گیدڑ امسان باس کیو ہی کرت ہے ✤ الخ) امر واقع یہ ہے۔ کہ اگر اچھی بُری ہر قسم کی اشیاء کھا لینا ہی ویراگ کا لکشن ہے۔ تو سُؤر غلاظت کھانے سے اس پدوی کا اعلےٰ درجہ کا مستحق ہے ✤ اگر بھبوت رمانا ضروری ہو۔ تو ہاتھی اور گدھا بڑھ کر ویراگی کہے جانے چاہئیں۔ جو کہ ہر وقت خاک میں کھیلنا پسند کرتے ہیں ✤ شمشان بھومی میں رہنے اور ننگے بدن پھرنے والوں سے گیدڑ وغیرہ حیوان کا درجہ اونچا کہا جا سکتا ہے۔ وغیرہ وغیرہ ✤ مگر نہیں۔ درحقیقت یہ امور تو ویراگ کی جگہ بربادی کے لوازمات ہیں۔ یا بیرونی اڈمبر ہیں۔ جن سے مستورات وغیرہ ضعیف الاعتقاد اشخاص کو دھوکا دیا جاتا ہے ✤ یاد رہے۔ کہ جب تک ہندوستانی لوگ مد اودیا کے پنجے سے رہائی نہیں پاتے۔ تب تک یہ مکار اپنی حاجات براری کے لیئے نت نئے دن بہروپیئے کی طرح

---

[1] جس طرح شخصی طور پر ترقی کا یہ معیار ہے۔ کہ اس کے جسم کے "سیلز" تقسیم محنت کے لحاظ سے کس قدر علیٰحدہ ہو چکے اور اپنی فردیت کو دوسرے کے ساتھ ملا چکے ہیں۔ ویسے ہی سوسائٹی کے افراد کا اس کی اوجیہ اوستھا پر حال ہوتا ہے۔ مطلب یہ کہ در تقسیم محنت کے درجات ہی جانداروں کی ترقی کا پیمانہ ہیں۔ جتنا اعلےٰ درجے کا جاندار ہے۔ اتنا ہی اس کا ہر ایک "سیل" اپنی خودی اور خود مختاری کو تیاگ دیتا ہے۔ اور فردیت کے خیال سے بالاتر ہو کر دیگر اعضا کی خدمت اپنا فرض سمجھتا ہے۔ حتےٰ کہ کل کی خاطر مر جاتا ہے۔ (جیسا کہ خون کے سفید دانوں کا فعل مطالعہ کرنے سے ثابت ہوتا ہے) اسی طرح پر کسی "سماج" کے اعلےٰ ہونے کا بھی یہی قدرتی معیار ہے۔ کہ اسکے افراد قربانی کا مادہ کسقدر رکھتے ہیں؟

کوئی نہ کوئی سوانگ رچتے ہی رہینگے :ع جو احمق درجہاں باقی ست کس مفلس نمے ماند ؛

چونکہ "اودیا" کا یہ لکشن ہے۔ کہ "وہ ہر ایک وستو میں اس کے روپ کے پرتی کول یعنے اُلٹا گیان پیدا کرتی ہے"۔ جیسے اپنی بھلائی چاہنے والے دوست میں دشمن کا اور کلیان کرنے والے دھرم میں ادھرم کا۔ وغیرہ وغیرہ + اس لئے اس اودیا کے مٹانے کا خیال دل میں رکھ کر ذیل کی سطور میں تین کے "ویراگ" کی اصلیت ظاہر کرنے کی کوشش کی جاتی ہے :-

مہرشی پاتنجل یوگ درشن میں "اودیا[1]" کے چار لکشن بیان فرماتے ہیں :- (۱) انت کو نت سمجھنا۔ (۲) اپوتر کو پوتر سمجھنا۔ (۳) دُکھ کو سُکھ

---

[1] یہی "اودیا" ویدانت آچاریہ نے "انرو چنی مایا" کے نام سے موسوم کی ہے۔ جو کہ کائنات کے ایسے ناقابل تشریح مظہرات کی طرف اشارہ کرتی ہے۔ جو کہ "خرابی بیٹ میں اور درد کی شکایت سر میں محسوس کرانے کی طرح حقیقی واقعات کے برعکس معلوم ہوتے ہیں۔ مثلاً (۱) حالانکہ جسم چند منٹ بھی ایک مستقل حالت میں نہیں رہتا۔ لیکن اپنی تبدیلی کا خیال کسی کو برسوں میں بھی نہیں گزرتا ؛ (۲) حواس انسانی کے فطرتی نقصوں کی وجہ سے حالانکہ حقیقت حال سے کسی کو علم نہیں ہوتا۔ لیکن ہر شخص اصلی سچائی اسی کو سمجھتا ہے۔ جو اس کی محدود واقفیت کا نتیجہ ہے۔ ع ہر کسے را عقل خود بکمال و پسر خود بجمال مے نماید ؛ (۳) باوجود اس کے کہ راحت اور شانتی کا سرچشمہ اندر ہے۔ لیکن ہر شخص کو بیرونی محسوسات میں معلوم ہو رہا ہے+ انہی واقعات کا نتیجہ ہے۔ کہ سچدانند روپ آتما کو "اودیا" میں پٹا ہوا کہا گیا ہے۔ درانحالیکہ یہ اودیا بذاتہ بغیر آتما کے اور کوئی سہارا نہیں رکھتی۔ جیسے سورج کے بغیر دھوپ یا گھر کے بغیر سایہ ؛ اسی لئے "مایا" (ما = نہیں + یا = جو) یعنے "جو نہیں ہے"۔ کے نام سے موسوم کی گئی ہے :- نقابے نیست دریا را تمر طوفان عریانی + برعکس رسم ایں جہاں در پردہ میباشم عیاں ... چندانکہ بے پردہ شوم در پردۂ اخفا ستم ؛ (۴) اپنے سوروپ کا قوت آگاہی سے باہر ہوتے ہوئے بھی اس سے محدود معلوم ہونا اسی اودیا کا نتیجہ ہے۔ علےٰ ہذا القیاس رنگ اور وزن وغیرہ جو اوصافِ اشیا معلوم ہوتے ہیں۔ درحقیقت بجائے ان کے روشنی اور کششِ زمین کا نتیجہ ثابت ہوئے ہیں +

سمجھنا۔ (۴) اناتما کو آتما سمجھنا + اس لئے انہی اوصاف کو جسم پر عائد کر کے دیکھا جاتا ہے۔ کہ کیا نتیجہ نکلتا ہے؟:۔

**(۱) اِنت کو نت یعنے فانی کو باقی سمجھنا:۔**

اس میں کوئی شک نہیں ہو سکتی۔ کہ جسم فانی ہے"۔ لیکن اگر تمام دنیا کی عملی کارروائی دیکھیں۔ تو اس امر کا ثبوت ملتا ہے۔ کہ اس کو نت" سمجھا جا رہا ہے۔ کیونکہ چاہے کوئی قبر میں بھی پاؤں لٹکائے ہوئے ہو۔ تاہم وہ ہر وقت اسی اُدھیڑ بُن میں مصروف دیکھا جاتا ہے۔ کہ جس طرح ہو سکے۔ تمام دُنیا کی جائداد کو جائز یا ناجائز طور پر اپنے ہی قبضے میں لے آؤں۔ گویا کسی کو اپنے مرنے کا خیال ہی نہیں آتا۔ مگر کیا" اودیا" کے اس انگ کو دور کرنے کے یہ معنے ہیں۔ کہ چونکہ شریر ناشوان ہے۔ اس لئے فطرتی "خواہش بقا" کے خلاف ہر قسم کی کوشش چھوڑ کر اس کو "اکال موت" مرنے دیا جائے؟ نہیں! ہرگز نہیں!! بلکہ اس سے اصلی مطلب یہ ہے۔ کہ جس طرح ماتا کے پیٹ سے اپنے اعضاء کے مکمل ہونے پر بچہ خود بخود باہر آ جاتا ہے۔ ویسے ہی "خواہش بقا" کی تکمیل جو "ایثار نفسی" کی صورت میں ہوتی ہے۔ اس کو حاصل کرنے کی کوشش کی جائے + کیونکہ جہاں ایک طرف باپ کے نام کو قائم رکھنے والا بیٹا ہوتا ہے۔ وہاں دوسری طرف باپ بھی اپنی خوشیوں کو بیٹے کی راحت پر قربان کرتا صاف دیکھا جاتا ہے۔ گویا باپ کی "خواہش بقا" "ایثارِ نفسی" کے رُوپ میں ہی اپنے کمال کا جلوہ دکھاتی ہے + چونکہ سُوکشم شکتیاں بمقابلہ استھول قواء کے دیرپا ہوتی ہیں۔ بمصداق:۔

؎ زندہ رہیگا نام لیاقت سے حشر تک
اولاد سے جیا تو کوئی تین چار پُشت

اور یہ جسم "آدرش" (مقصد اعلےٰ) کی منزل پر پہنچانے کا گھوڑے

کی طرح ایک سادھن ہے۔ اس لئے اس وقت تک اس کی
صحت کا خیال رکھنا ازبس ضروری ہے۔ جبتک کہ مدعا حاصل نہ ہو٭
ہاں البتہ جب اپنے "آدرش" کا حصول ہی اس کی قربانی پر مبنی ہو۔
تب کوئی وجہ نہیں۔ کہ اس کی رکھشا کی جائے۔ مثلاً قوم یا دھرم
(جس کے ہم جزو ہیں) کے نام پر اگر قربانی کی ضرورت ہو۔ تو بلا تکلف
سر تسلیم خم ہونا چاہئے۔ اور یہ خیال کرنا چاہئے۔ کہ آخر موت نے تو
اس کو چھوڑنا ہی نہیں۔ اس لئے اس کی بدولت اگر دھرم یا قوم[1]
کی سیوا بھی کی جا سکے۔ تو یہ مبارک موقع کیوں نہ حاصل کیا جائے۔
بقول شاعر:۔

> جاں بجاناں دہ وگرنہ از تو بستاند اجل
> خود تو منصف باش ایدل! ایں نکو یا آں نکو؟

لیکن چونکہ یگیہ میں ایسے "پشو" کی قربانی کا حکم ہے۔ جس کے
سب انگ سمپورن ہوں۔ اس لئے جہاں تک ممکن ہو سکے ہر
شخص کے لئے ضروری ہے۔ کہ وہ اپنے جسم کو صحت کی حالت
میں رکھنے کے لئے پوری توجہ سے کام لے۔ تاکہ بشرط ضرورت
"شکتی پوجن" سمبندھی یگیہ میں وہ اپنی قربانی دے کر "زندۂ
جاوید" ہو سکے + یہی مہادیو کی سچی پوجا ہے:۔ بقول مصنف:۔

> پرم تیاگی مہادیو کا کرو سدا سب مل سمرن
> جٹا جس کی کیلاش یہ ہیں اور رامیشور ہیں جس کے چرن
> کرے سدا اپکار جگت کا من سمادھی میں رہے مگن
> بھارت ورش میں سرو ویاپک دیکھو روپ اپنا چیتن
> یہی ایک مارگ مکتی کا۔ شو سوروپ دکھلائے جو
> بھارت ماتا کی سیوا کرکے۔ منش جنم کو سپھل کرو +

[1] چونکہ قوم کے لئے سنسکرت لفظ "سماج" استعمال کیا جاتا ہے۔ اس لئے اسکی سیوا دراصل "برہم بھگتی"
کا ہی درجہ رکھتی ہے۔ کیونکہ "سماج" شبد (سم + اج) انادی برہم کا ہی مترادف ہے +

## (۲) اپوتّر کو پوتّر یعنے ناپاک کو پاک سمجھنا

یہ اودیا کا دوسرا انگ ہے۔

اور عام طور پر دو صورتوں میں دیکھا جاتا ہے۔ اوّل تو جب کسی " منوہر کامنی " یعنے معشوقِ دلربا کی شکل نظر آتی ہے۔ تو اس کے شریر میں امرت کے سمان پوتّرتا جھلکتی معلوم ہوتی ہے۔ اور خواہ مخواہ اس سے بغلگیر ہونے کو جی چاہتا ہے۔ گویا اس کے سپرش سے ہی آنند ساگر میں پہنچ جائینگے۔ اور من کی تمام کدورتیں صاف ہو جائینگی۔ دُوسری صورت اس وقت مشاہدے میں آتی ہے۔ جبکہ کسی اچھوت جاتی کے منش سے ریل گاڑی وغیرہ میں باہم مل کر بیٹھنے کا اتفاق ہو جائے۔ کیونکہ اس وقت اپنا جسم حد سے زیادہ پوتّر معلوم ہوتا ہے۔ اور یہ گمان گذرتا ہے۔ کہ مبادا! اس کے چھُونے سے ہماری پوتّرتا میں نقص آجائے ۔ چونکہ یہ دونو امور شخصی یا قومی بربادی کے ہی سادھن ہوتے ہیں۔ اس لئے اس " جسمانی پاکیزگی " کے وشئے میں رشیوں کے کتھن انوسار یہ ظاہر کر دینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ اگرچہ روشن مندر کی طرح " آتما " کی بدولت یہ شریر قابل نفرت نہیں معلوم ہوتا۔ لیکن در اصل یہ ایسا پوتّر نہیں۔ جس کو پریم یا ابھمان کا پاتر بنایا جاوے ۔ کیونکہ بغور دیکھیں۔ تو کسی شئے کا ناپاک ہونا مندرجہ ذیل وجوہات پر مبنی ہوتا ہے :- (۱) کسی شئے کا بلحاظ ذاتی اوصاف کے ناپاک ہونا مثلاً پیشاب و پاخانہ وغیرہ (۲) کسی ناپاک شئے کے تعلق سے ناپاک ہونا جیسے سونے کا برتن پیشاب وغیرہ ڈالنے سے ناپاک کہا جاتا ہے۔ (۳) بلحاظ " کارن کاریہ " یعنے سلسلہ علت معلول کے مثلاً کوئی شئے اپنے بننے سے پہلے اپوتّر ہو (جیسے سبزی کھاد سے بنتی ہے) یا بننے کی صورت میں (جیسے غذا سے فضلات بننے

ہیں) یا بگڑنے کے بعد ناپاک ہو جائے (جیسے سڑنے پر نباتات وغیرہ) (۹) کسی شے کو صاف ہوتے دیکھ کر یہ گمان گزرتا ہے۔ کہ یہ ناصاف تھی۔ جیسے برتنوں کو ملتے ہوئے یا کپڑوں کو دھوتے ہوئے دیکھ کر ان کے غلیظ ہونے کا قیاس ہو سکتا ہے + اب اس جسم کی طرف دیکھیں۔ تو یہ ہر طرح سے ہی "اپوتر" ثابت ہوتا ہے:۔

(۱) جنم سے پہلے ماتا کے پاخانہ اور پیشاب گاہ کے درمیان اس کی جگہ ہوتی ہے + (۲) بذات خود یہ ایسے رج اور ویریہ کے ملاپ کا نتیجہ ہوتا ہے۔ جن کے اخراج پر بھی پوترتا حاصل کرنے کے لئے والدین کو اشنان کرنا لازمی ٹھہرتا ہے + جس سے صاف ظاہر ہے۔ کہ یہ کیسی اپوتر وستو کا نتیجہ ہے + (۳) جب جنم ہو چکتا ہے تو اپنے اندر سے اخراج پانے والی غلیظ اشیاء (فضلات جسمانی) کی بدولت اپنی اپوترتا پر دلالت کرتا ہے۔ جیسے ہنڈیا کا ناپاک ہونا اس کے اندر کی غلاظتوں پر مبنی ہوتا ہے (۴) اپنی ساخت کے لحاظ سے بھی اسی نتیجے پر پہنچاتا ہے۔ کیونکہ چمڑہ۔ خون یا ہڈی وغیرہ۔ جن سے یہ ڈھانچہ بنا ہوا ہے۔ تمام اشیاء ناپاک ہی کہی جاتی ہیں (۵) جب مر جاتا ہے۔ تو اس کے ساتھ چھونے پر اشنان کرنے سے شدھی کا پراپت ہونا اسی امر پر دلالت کرتا ہے۔ کہ یہ ناپاک ہو جاتا ہے (۶) ہر شخص کا اپنے شریر کو اشنان یا داتن وغیرہ کے ذریعے صاف کرنا بھی اس امر کا ثبوت بہم پہنچاتا ہے۔ کہ یہ وستو اپوتر ہے۔ ورنہ اس کی صفائی کی کوئی ضرورت نہ ہوتی + بدیں وجوہات جہاں ایک طرف کسی دوسرے کے شریر کو پوتر سمجھ کر اس کی طرف راغب ہونا سخت غلطی ہے۔ وہاں دوسری طرف اپنے شریر کو پوترمان کر ابھمان کرنا بھی بھا موڑھتا ہے۔ گویا منش سماج کا ہر ایک سبھاسد بلحاظ پیدائش کے یکساں ہے۔ کسی کو کوئی حق حاصل نہیں۔ کہ دوسرے کو

نفرت کی نگاہ سے دیکھے۔ بمصداق :۔

؎ اے ذوق! کس کو چشم حقارت سے دیکھئے؟
ہم سب سے ہیں بُرے کوئی ہم سے بُرا نہیں

چونکہ جنم سے جاتی ماننے کے غلط ابھمان نے ہندو قوم کا بیڑا غرق کرنا شروع کیا ہُوا ہے۔ اس لئے ضرورت ہے کہ اودیا کے اس انگ کو خاص کوشش سے لوگوں کے دل سے دُور کیا جائے۔ تاکہ اگر ایک طرف "ویراگ درشٹی" سے سنسار کی لذات میں پھنسنے سے بالاتر رہیں۔ تو دوسری طرف اپنی "پوترتا" کے خام خیال کو بھی دل سے نکال کر سب بھائیوں سے ایک جیسا سلوک کریں۔ کیونکہ شریر کی اپوترتا سے تو "اعلےٰ قابلیت" بھی رہائی نہیں دلا سکتی۔ بقولیکہ:۔

؎ کبھی نہ ہووے شُدھ کبُدھ یہ جل میں دھوئے
پیاز نہ کیسر ہووے چاہے کشمیرے بوئے

بلحاظ "تقسیم محنت" کے جس طرح روحانی (مذاہب) اور مادی (سائینس) مضامین کی تحقیقات سے تمام دنیا مشرقی اور مغربی دو حصّوں پر منقسم ہو رہی ہے۔ ویسے ہی مختلف قسم کے کاروبار دنیاوی کو سرانجام دینے کی غرض سے ہر ایک سوسائٹی میں مختلف ذاتیں یا پیشے ہونے ضروری ہیں۔ جن میں سے ہر ایک اعضاء جسمانی کی طرح اپنی اپنی جگہ پر یکساں وقعت رکھتا ہے۔ کسی ایک کو دوسرے پر بزرگی جتلانے کا کوئی حق حاصل نہیں۔ "مذہب" چونکہ تفرقاتِ عالم سے بالاتر "آتما" کے انبھو کرنے کا نام ہے۔ اس لئے اس کا اظہار صرف "عملی پریم" سے ہی ہو سکتا ہے۔ جو شخص مذہب کے نام پر دُوسروں سے نفرت کا اظہار کرتا ہے۔ اس کو غلط راستے کا مسافر بالفاظ دیگر "گمراہ" سمجھنا چاہئے۔ ع مذہب نہیں سکھاتا آپس میں بَیر رکھنا

سچا مذہب صرف "سم درشی" ہونے کا نام ہے۔ کثرت میں وحدت
اور اختلاف میں ایکتا کا دیکھنا ہی گیانوان کا سچا لکشن ہے جیسا کہ
بھگوان کرشن نے گیتا میں ظاہر فرمایا ہے :- (ادھیائے ۵ شلوک ۱۸)

विद्या विनय संपन्ने ब्राह्मणे गवि हस्तिनि ॥
शुनि चैव श्वपाके च पंडिताः समदर्शिनः ॥१८॥

ارتھ :- صاحبِ علم و اخلاق برہمن اور گؤ۔ ہاتھی۔ کُتے اور
چنڈال میں۔ "پنڈت" (عالم) "سم درشی" ہوتا ہے + یعنے سب کو
سمان بھاؤ سے دیکھتا ہے۔ بقولیکہ :-

ع خورشید وار دیکھتے ہیں سب کو ایک آنکھ
روشن ضمیر ملتے ہر اک نیک و بد سے ہیں

اسی "وحدت پرستی" کی بدولت دنیا میں باوجود سخت مخالف حالات

**۱۸۔ سم درشی سے کیا مُراد ہے؟**

چونکہ دنیا ایک ایسا نقشہ ہے۔ جس میں حقیقی وحدت بصورت
کثرت عیاں ہو رہی ہے۔ اس لئے اس اختلاف کی موجودگی
میں "عالمگیر وحدت" کا محسوس کرنا "سم درشن" کہلاتا
ہے۔ مثال کے طور پر پہلے "بیرونی عالم" کو لیں :- (۱) باوجود جسمانی اور دماغی
طاقتوں کے اختلاف کے تمام انسان ایک جیسے سمجھے جاتے ہیں۔ مرد و عورت
یا کالے گورے وغیرہ اوصاف کے مختلف ہونے کے باوجود سب میں وہ "انسانیت"
ایک خیال کی جاتی ہے +۔ وہ انسانیت کیا شئے ہے؟ حالانکہ حواس اور خیال میں
نہیں آسکتی۔ لیکن اس کی ہستی میں کلام نہیں ہو سکتا + اس کے بغیر ہم ایک لحظہ
نہیں رہ سکتے۔ یہی ہماری حقیقی ہستی ہے۔ اسی کے ہم مختلف ظہور ہیں۔ بایں ہمہ
اس کو خیال میں نہیں لا سکتے +۔ خیال میں صرف انسانیت کا "ثبوت" ہی لایا جا سکتا ہے +
(۲) یہی معاملہ علم حیوانی کا ہے۔ جن میں باوجود بیشمار ظاہری اختلافات کے "باطنی
وحدت" "حیوانیت" کے نام سے موسوم ہوتی ہے +۔ چونکہ انسان (حیوان ناطق)
اور حیوان دکاش کے درجات میں ایک دوسرے سے ناقابل تمیز اختلاف رکھتے
ہوئے مل جاتے ہیں۔ اور حیوانات اور نباتات اپنے ابتدائی درجات میں اتنے
مشابہ معلوم ہوتے ہیں۔ کہ کوئی تمیز نہیں کی جاسکتی۔ اس لئے لفظ "آرگینک"
(جاندار) ان کی وحدت کا منظہر ہوتا ہے + (۳) چونکہ جمادات میں بھی جو بمل

کے بھی "ہندو قوم" کروڑوں کی تعداد میں قائم ہے۔ درانحالیکہ بابل و روما۔ یونان اور مصر اس کے دیکھتے دیکھتے چند روزہ کی شان دکھا کر کوءِ عدم میں جا بسے:۔

ع کچھ بات ہے کہ ہستی مٹتی نہیں ہماری
دشمن رہا ہے صدیوں گو آسماں ہمارا

چونکہ "بقاء بہترین" مسئلہ مسلمہ ہے۔ کیونکہ نہ صرف عالم مادی میں ہی اس کا رواج دیکھا جاتا ہے۔ بلکہ اخلاق و مذہب کی صورت

---

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۴۴۸) (Reconomence) جاندار مادے کی طرح ڈاکٹر بوس کی تحقیقات سے ثابت ہو چکا ہے۔ اس لئے ان میں گو اختلاف درجات ہے۔ لیکن اختلافِ قسم نہیں کہا جا سکتا + لہٰذا "وہ ہستی" جو عالمگیر وحدت کی صورت میں عیاں ہے۔ گو کچھ عرصہ پہلے مغربی سائنس اس کو "مادے" کے نام سے موسوم کرتی رہی ہے۔ لیکن "ویدِ علیم" کی دریافت نے اس کے اعتقاد میں ہل چل ڈال دی ہے۔ تاہم اس امر میں کسی کو کلام نہیں۔ کہ اگرچہ "شکتی" مختلف "نام روپ" میں ظاہر ہو سکتی ہے۔ لیکن اس کی حقیقت میں فرق نہیں آتا۔ جیسا کہ "مقدار" کے لاتغیر رہنے سے ظاہر ہے + اس لئے جس طرح "جرم سیل" میں تمام انسانی قوا مخفی ہوتے ہیں۔ صرف صورت کے "وکاش" پانے پر ان کا اظہار ہوتا ہے۔ ویسے ہی اس "عالمگیر واحد ہستی" میں وہ تمام شکتیاں جو کہ اعلیٰ ترین صورت انسانی میں جلوہ نما ہوتی ہے۔ بیج کی طرح موجود ہونی لازمی ہیں۔ اور اس کے جڑ مادہ ہونے پر نہیں۔ بلکہ "چیتن ستا" ہونے پر دلالت کرتی ہیں۔ کیونکہ نیستی سے ہستی نہیں ہو سکتی + اسی "چیتن ستا" کا دھیان "ایں ال" اسم درشن کا مفہوم ہے + "ب" اگر شخصی نقطہ نگاہ سے دیکھیں۔ تو بھی تمام اعضا باوجود اختلاف اوصاف کے (مثلاً دماغ (عضو دلیل) نخاع (عضو حس و حرکت) معدہ و دل (اعضاء نشوونما) اور بال و ناخن وغیرہ (اعضاء تحسین) عالم چہار گانہ کی طرح) اسی "وحدت حقیقی" کے مظہرات ہیں۔ جو کہ بقول بھگوان کرشن "موتیوں میں تاگے طرح پروئی ہوئی ہے" + حرکات جسمانی کے ارادی اور بے ارادی ہونے سے قوت آگاہی کے اندر باہر ہونا اور خواب و بیداری وغیرہ میں جانے سے مختلف حالات میں قیام پذیر رہ سکنا اسی "ایک ہر گیان سروپ" کی توحید پر دلالت کرتے ہیں + جس کو انھو کر کے شاعر نے کہا ہے:۔

ع بہر رنگے کہ خواہی جامہ میپوش من انداز قدت را میشناسم

"ج" مذکورہ بالا دو نو کے بعد اگر درمیانی عالم (ادھی دیوک جگت) کا مطالعہ کریں۔ تو وہ بھی توحید حقیقی کا ہی مظہر ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ اگر جسم شخص کا

میں بھی اسی کا روئے منوّر نظر آتا ہے۔ اس لئے ویدوں کی معتقد
قوم کا "امرؔ" ہونا صاف مظہر ہے۔ کہ انسان کے بہترین اوصاف کا ظہور
اپنے تئیں علیحدہ سمجھنے میں نہیں ہوتا۔ بلکہ دوسروں سے ایکتا کرنے

اعلےٰ و ادنےٰ ہونے یا اپنے تئیں علیحدہ سمجھنے کا انحصار اس کے خاص دھن تن
اور من کی شکتیوں پر اپنے تئیں قادر و مختار انبھو کرنے پر ہے۔ لیکن درحقیقت
نہ صرف یہ شکتیاں باہمدگر ہی ایک دوسرے پر اثر انداز ہونے کا نتیجہ ہوتی ہیں بلکہ
ایک طرف اگر ہر شخص کے والدین کی مالی جسمانی اور دماغی حالتوں سے موثر ہوتی
ہیں۔ تو دوسری طرف انسان کی اپنی غذا۔ اعضاء اور سوسائیٹی کے اثرات سے بھی
اثر انداز ہوتی ہیں۔ جسے حالات کی غلامی کہا جاتا ہے۔ اس لئے گو "مایا" کی
بدولت انسان کو احساس ضرور اپنی "آزادیؔ" اور "علیحدگی" کا ہوتا ہے لیکن
یہ حقیقی نہیں۔ بلکہ نسبتی ہے۔ کیونکہ درحقیقت کثرت اظہار وحدت ہی ہے۔
جس طرح تمام شاخیں جڑ پر انحصار رکھتی ہیں + یا کھلے منہ کے برتن سمندر میں رہتے
ہوئے اپنے اپنے پانی کو علیحدہ سمجھنے میں غلطی کے ہی مظہر ہوتے ہیں۔ کیونکہ وہ پانی
سمندر کی لہروں کی بدولت خود بخود تبدیل ہوتا رہتا ہے۔ ویسے ہی ہر شخص سنسار ساگر
میں "حقیقت" کی لہروں کی بدولت ہی اپنی شکتیوں میں تغیر پاتا ہے۔ وہ خود نہ صرف
اپنے تن کو ہی موت سے نہیں بچا سکتا۔ بلکہ دھن اور من پر بھی غیر مختار ہی ہے +
چنانچہ اس تغیر پذیر "جگت" کو "سنسار" (سم + سار) شبد سے موسوم کرنے کا مدعا
بھی یہی ہے۔ کہ اس میں سار وستو کیول "سم" ہی ہے + اسی کا پہلو سے انبھو
کرنا "سم درشی" کا مفہوم ہے + اگرچہ یہ "سم" سوروپ کتابوں کے مطالعہ سے بھی
جانا جاتا ہے۔ لیکن دراصل یہ "سیکنڈ ہینڈ" سچائی ہوتی ہے۔ جو کہ دوسروں
کے حواس سے محسوس کی جاتی ہے۔ کیونکہ اصلی سچائی وہ ہے۔ جو کہ اپنے
حواس سے محسوس ہو۔ اس لئے سچا "سم درشی" وہ ہے۔ جو کہ واقعی اس
کو خود انبھو کرتا ہے۔ بالفاظ دیگر جس کی "سم" درشن کی حس کھل گئی ہوتی
ہے + یہی "گیان چکشو" یا "دویہ درشٹی" کہی جاتی ہے + یہی مہادیو جی کے
ماتھے کی تیسری آنکھ تھی۔ جس کے کھلنے پر آتشیں شعاع نے نکل کر
"کام دیو" کو بھسم کیا تھا + اسی "سم درشن" کی آنکھ کھولنے کے لئے مختلف
قسم کا "یوگ" کیا جاتا ہے۔ جس کو بلحاظ اختلاف طریقہ اعمال کے کرم یوگ۔
راج یوگ۔ بھگتی یوگ اور گیان یوگ کے اسماء سے موسوم کیا جاتا ہے۔ کیونکہ کرم یوگ
(نشکام کرم) اگر بیرونی دُنیا سے انسان کی یکتائی کا ثبوت بہم پہنچاتا ہے۔ تو راج یوگ
(مانسک ایکاگرتا) اندرونی دُنیا کے راستے وہی جلوہ دکھاتا ہے۔ اور بھگتی یوگ
(پریم مے جیون) درمیانی عالم میں وحدت کا سبق پڑھاتا ہے + گیان یوگی
(فلاسفر) چونکہ اس ترمورتی میں ایکتا کو انبھو کرتا ہے۔ اس لئے اوم کی تینوں

میں ہی ہوتا ہے + " ایکو میوادوتیم برہم " + (ذات حق جنسی- غیر جنسی- اور جزو کل کے فرق سے پاک ہے +) لیکن اس کے یہ معنی نہ خیال فرمائیں- کہ جسمانی غلاظتوں کو بھی صاف کرنے کی ضرورت نہیں ہے- بلکہ اصلی مطلب یہ ہے- کہ چونکہ منش کی بزرگی کا انحصار "من کی صفائی" پر ہے- اس لئے مانسک غلاظتیں جو کہ کام اور ابھمان کی صورت میں بوساطت جسم کے اثر انداز ہوتی ہیں- ان کو دل میں جگہ نہ دی جائے + ورنہ من کے خاص عضو (دماغ) کی صحت کے لئے تو تندرستی

(بقیہ حاشیہ صفحہ ۳۵۰) ماتماؤں میں اماترا کی طرح ساکشات بھگوان کا رُوپ کہا گیا ہے (گیتا ۱-۷ / ش-۱۸) اس گیانوان کے نقطۂ نگاہ سے تمام راستے اسی ایک حقیقت تک پہنچانے والے ہوتے ہیں- جیسا کہ بھگوان نے گیتا میں کہا ہے :- (ہے ارجن! تمام انسان میرے ہی راستے پر چلتے ہیں)

मम वर्त्मानुवर्तन्ते मनुष्याः पार्थ सर्वशः ॥४॥११॥

اسی مضمون پر حافظ نے کہا ہے :-

ے ہمہ کس طالب یار اند چہ ہُشیار و چہ مست
ہمہ جا خانہ عشق است چہ مسجد چہ کنشت +

مختلف مذاہب اسی حقیقت کو مختلف طریقوں یا مختلف زبانوں میں بیان کرتے ہیں- البتہ قدرے نقطۂ نگاہ کا فرق رکھتے ہیں- جیسے ایک ہی شئے نزدیک و دُور ہونے یا مختلف پہلوؤں سے دیکھنے پر مختلف صورتوں میں معلوم ہوتی ہے +

تو پھر "اچھُوت" کا مطلب کیا ہوا؟ جواب صاف ہے- کہ منش سے مُراد چونکہ "من" کی شکتی رکھنے والے سے ہے- اور بے علم کا من وہاں نہیں پہنچ سکتا- جہانکہ عالم (دوج) اشخاص کا بلند پروازی سے پہنچ سکتا ہے- اس لئے ہی ان کا ایک جگہ پر نہ بیٹھ سکتا ہے + دیگر- بے علم کی غذا اتموگنی یعنے مادی ہے- تو عالم کی ستوگنی یعنے روحانی- یہی دونو کے مانسک بھوجن کا اختلاف ہے- ورنہ بلحاظ جسمانی غذا کے تو اوپنشدوں میں صاف لکھا ہے- کہ ایک رشی نے ضرورت کے موقعہ پر فیلبان سے لیکر کھانا کھالیا تھا + ظاہری اختلاف تو دُنیا کی جان اور زندگی کا پہلا اصول ہے- جس طرح دو چہرے یکساں نہیں ہوتے- ویسے ہی دو دماغ بھی یکساں خیال پیدا نہیں کرتے- اور نہ ہی ایسا ہونا چاہئے- کیونکہ یہی ایک قسم کی موت ہے- اور ترقی کی متضاد حالت ہے + ویدک اصولوں کا دیش کال کے اختلاف سے مختلف سمرتیوں اور پرانوں میں ظاہر ہونا لازمی ہے +

لازمی شے ہے + اسی لئے جسم کو ایسی غلاظتوں سے محفوظ رکھنے پر پہلے ہی کافی توجہ دلائی جا چکی ہے۔ جن سے اس کی صحت پر مضر اثر پڑنے کا احتمال ہو سکتا ہے ؛

## (۳) دُکھ میں سُکھ سمجھنا

چونکہ جس شخص کو کسی شے میں سُکھ کے سادھن ہونے کا یقین ہوتا ہے۔ جب کبھی اس کی علیحدگی کا وقت آتا ہے۔ تو وہ اس کے لئے سخت ناخوشگوار اور تکلیف دہ ہوتا ہے ؛ اس لئے جن اشخاص کو شریر کے سُکھ رُوپ ہونے کا وہم ہوتا ہے۔ ان کو جب کبھی (دھرم یا قوم پر جان دینا تو درکنار) قدرتی موت مرنے پر بھی اس سے علیحدگی کا خیال ہوتا ہے۔ وہیں ان کی جان پر آبنتی ہے۔ اور محمود کی طرح رو رو کر مرتے ہیں۔ اس لئے "خود ایثاری" کی منزل پر پہنچنے یعنے انسانی زندگی کے مقصد اعلےٰ کو حاصل کرنے کے لئے ہر شخص کو جاننا چاہیئے۔ کہ دراصل یہ شریر سُکھ کا دینے والا نہیں۔ بلکہ دُکھوں کا ہی کارن ہے۔ کیونکہ نہ صرف بھوک پیاس۔ سردی گرمی یا طرح طرح کی امراض کا شکار ہونے کی وجہ سے ہی ساری عمر مصیبتوں کا باعث ثابت ہوتا ہے۔ بلکہ بحالت صحت بھی دائمی شانتی کے حصول میں سدِ راہ بنا رہتا ہے۔ بقولیکہ :-

سہ بقدر ہر سکوں راحت بود بنگر تفاوت را
دویدن رفتن استادن نشستن خُفتن و مُردن

وہ پانچوں کلیش جن میں کہ ہر شخص مُبتلا ہے (بموجب یوگ درشن) اسی پنچ بھوتک شریر کی موجودگی میں بھُوتوں کی طرح سر پر سوار رہتے ہیں + یا وہ تین تاپ جوہر ذی روح کا لہُو خشک کرتے ہیں (بموجب سانکھیہ درشن) اسی پنچ وٹی میں رہنے کے کارن۔ بمصداق :-

سہ جل تھل پاوک گگن سمیرا بہ "پنچ وٹی" یہ ادھم شریرا
آتما رام کی شانتی روپی سیتا کو ہرتے اور راون کنبھ کرن اور

میگھ ناد کی طرح یدھ (جدوجہد ہستی) کے لئے مجبور کرتے ہیں +
غالب کا کلام ہے :-

نہ تھا تو ہیں خدا تھا گر نہ ہوتا تو خدا ہوتا
ڈبویا مجھ کو ہونے نے نہ ہوتا میں تو کیا ہوتا؟

اسی دُکھوں کے پنجرے سے چھوٹنے (مکتی پانے) کے لئے گذشتہ زمانے میں اگر جگن ناتھ جی کے رتھ کے سامنے لیٹ کر جان دیتے تھے۔ تو اسی سودا خریدنے کے سودائی آجکل ریلوے لائن پر لیٹ کر "کالی کی بھینٹ" ہوتے یا پستول وغیرہ سے خودکشیوں کی تعداد بڑھاتے دیکھے جاتے ہیں + مطلب جس سے صاف ظاہر ہے۔ کہ یہ شریر سکھ کا دھام نہیں۔ بلکہ سُکھ کسی دوسری حالت میں ہے + اس لئے اس حقیقی مقصد کے راستے میں یہ روکاوٹ نہیں ہونا چاہیئے بلکہ دھارمک زندگی کے لئے ایک سادھن کا کام دے + اور جب اس کی ضرورت نہ رہے۔ یا اس کی قربانی کی ضرورت ہو۔ تو "موت" کو امرت کا پیالہ (سماپتی = سم + آپتی یعنے برھم کی پراپتی) سمجھ کر قبول کیا جائے + لیکن اس کے یہ معنے نہیں۔ کہ اس سے متنفر ہو کر "خودکشی" کر لی جائے۔ بلکہ دھرماتما اشخاص کی طرح جو کہ بخوشی دوسروں کے لئے جان دیتے اور اپنے اصلی مدعا (تکمیل فطرت) کو حاصل کرتے ہیں۔ دھرم اور سماج کی ضرورت کا انتظار کرنا چاہیئے۔ تاکہ راکھ میں ڈالے ہوئے گھی کی طرح ایک بے بہا شے (زندگی) ضائع نہ جائے۔ بلکہ اگنی میں پڑ کر ہون ہونے کی طرح یگیہ کو سپھل کرنے کا باعث ہو +

| (۴) اناتما کو آتما سمجھنا | چھاندوگیہ اوپنشد میں اندر اور ویروچن کے برہما جی سے آتم گیان حاصل کرنے |
|---|---|

کی کتھا آتی ہے۔ جس میں یہ ظاہر کیا گیا ہے۔ کہ اسروں کا راجہ بروچن تو "شریر" کو ہی آتما سمجھا۔ اور "بھوگ" کو اپنے جیون کا آدرش قرار دے کر اسروں کو ایسا ہی جیون وتیت کرنے کے لئے پرچارک ہؤا۔ مگر دیوراج اندر نے تینوں شریروں (سھقول سوکشم۔ کارن) سے بالاتر آتما کو نت شدھ بدھ اور مکت جانا اور "تیاگ" کا جیون دیوتاؤں کو سکھانے والا ہؤا۔ جس کا نتیجہ یہ ہؤا۔ کہ دیو اسر سنگرام میں اسروں کی شکست اور دیوتاؤں کی فتح ہوئی۔ مطلب اس ساری کہانی کا یہ ہے۔ کہ جو شخص شریر کو ہی آتما یعنے اپنا آپ سمجھتا ہے۔ اس کے لئے بھوگ وشئے میں مست رہنا اور تھئیٹر کے ایکٹروں کی طرح دن میں کئی بار کپڑے بدلنا یعنے جسمانی خوشیوں کا دیوانہ ہونا قدرتی امر ہے۔ مگر چونکہ ایسے شخص میں نہ صرف جسمانی امراض کے باعث ہی بلکہ اخلاقی جرأت کی عدم موجودگی کی وجہ سے بھی "ستیہ" پر عمل کرنے کی طاقت نہیں رہتی (کہ مبادا! میرے سامان عیش میں کسی قسم کا نقص آجائے۔) اس لئے ہمیشہ شکست کھاتا ہے + اور برخلاف اس کے جو شخص شریر کو بطور آتما کے غلاف یعنے کپڑوں کے سمجھنے والا ہوتا ہے۔ نہ ہی وہ اس کی تکلیف سے خوف کرتا ہے۔ اور نہ ہی اس کی ہستی یا نیستی پر اپنی زندگی کا فیصلہ دیتا ہے۔ اس لئے سچائی سے منحرف نہیں ہوتا۔ اور "ستیہ" کی جے ہونے سے آخرکار فتح پاتا ہے +

اور اگر مغربی فلسفے (جس کا عقیدہ یہ ہے۔ کہ جنگ کے لئے تیار رہنا ہی امن کا ضامن ہے) کے نقطۂ نگاہ سے دیکھا جائے۔ تو بھی یہی نتیجہ نکلتا ہے۔ کیونکہ "ایوولیوشن تھیوری" صاف بتا رہی ہے۔ "جس کی لاٹھی اس کی بھینس"۔ یعنے

دنیا میں قیام ہستی کے لئے جو ہر طرف جدو جہد پائی جاتی ہے۔ اس میں ناقابل شخص کو کوئی حق نہیں۔ کہ وہ زندہ رہ کر دوسروں کے لئے اناج عا مہنگا کرے۔ چنانچہ نہ صرف بلحاظ شخصیت کے ہی بلکہ قومی حیثیت میں بھی نالائق لوگ جیون کے سنگرام میں خود بخود دوسروں کی ایڑیوں کے تلے کچلے جاتے ہیں۔: گویا قدرت کمزور کو پسند نہیں کرتی۔ اس کا حکم ہے۔ کہ دیواسر سنگرام میں سوراجیہ (دائمی زندگی) حاصل کرنے کے خواہشمندوں کو سپاہیانہ کرتب دکھلانے میں کمال حاصل کرنا چاہیئے۔: چونکہ سپاہی کو بہادر کہلانے کے لئے نہ صرف "جسمانی طاقت" کی ہی ضرورت ہوتی ہے۔ بلکہ اس کے ساتھ ہی "سر بکف" رہنے کی بھی اوشیکتا ہے۔ بقولیکہ:۔

---

عا اہل ہند کی مفلسی کے اسباب بیان کرتے ہوئے ایک صاحب لکھتے ہیں۔ کہ بیرونی حملوں سے محفوظ رہنے اور اندرونی امن کے باعث ٹھگی یا ڈکیتی سے نہ مرنے۔ نیز ریلوے کی بدولت قحط سے اور ٹیکۂ چیچک و کونین وغیرہ کی بدولت امراض سے بچاؤ ہونے سے آبادی کا بہت بڑھنا ہی اس کے افلاس کا باعث ہے۔: چونکہ بقول وششٹ جی کے "قدرت" باغ دنیا کی بیقاعدہ بڑھی ہوئی شاخوں یعنے فضول اشخاص کو قحط۔ بھونچال۔ وبا اور اندرونی یا بیرونی جنگ کی صورت میں ہی مارتی کاٹتی ہے۔ اس لئے آبادی کی ترقی پر ضروری ہے۔ کہ انسان باہمی جدو جہد سے مرے۔: اب یہ اس کی مرضی ہے۔ کہ وہ اس طریق پر مرنا پسند کرے یا دھرم یدھ میں۔ جسکی مہما گاتے ہوئے بھگوان کرشن نے گیتا کے دوسرے ادھیائے میں ارجن سے یوں کہا ہے:۔ کہ "دھرم یدھ سے بڑھ کر کشتری کے لئے اور کوئی چیز ہی نہیں" (شلوک ۳۱)

ؔ پریم پیالہ سو پیئے جو سیس دکشنا دیت
لوبھی سیس نہ دے سکے نام پریم کا لیت

اس لئے نہ صرف اخلاقی یا عقلی نقطۂ نگاہ سے ہی بلکہ جسمانی کامیابی کے طالبوں کے لئے بھی انہی اوصاف کی ضرورت ہوتی ہے + چنانچہ راون جو ایک زبردست راجا بیان کیا گیا ہے (جس نے بھوت لوک تو درکنار دیو لوک تک کو قابو میں کر لیا تھا۔) اگرچہ وہ جنم سے برہمن تھا۔ لیکن جب اس نے شیو کی بھگتی (قوانین حفظان صحت) سے شاریرک شکتی کمال درجے کی حاصل کی۔ اور دُوسری طرف "کال کو" پلنگ سے باندھا۔ یعنے سوتے وقت بھی "سر بکف" رہنے لگا۔ بالفاظ دیگر بھوگ کی جگہ تیاگ کا جیون بسر کرنے لگا۔ (کیونکہ وہ شخص بستر راحت یا عیش نفسانی کا لطف کیسے اُٹھا سکتا ہے؟ جس کو ہر وقت اپنے سامنے موت نظر آتی ہو۔ یا نیند کو بھی موت کا ہی رُوپ سمجھتا ہو۔) تو جدھر کا رُخ کیا۔ فتحمندی نے پاؤں چُومے۔ اور ترلوکی ناتھ کا مدِ مقابل سمجھا گیا + مگر جونہی کہ اس نے شریر کو آتما سمجھا۔ یعنے عقلِ حیوانی (گدھا پن) کا بھوت اس کے سر پر سوار ہُوا۔ اور موت کے خوف اور شاریرک بھوگ کے لالچ سے سیتا جی کو چُرانے کا مجرم ہُوا۔ وہیں اس کی کمزوریوں کی آگ نے اس کے اندر سے "امرت" کے چشمے کو جلا کر اس کو بمعہ خاندان کے خاک سیاہ کر دیا۔ گویا وہی "عیاشی کا خیال" اس کے لئے سچ مچ پلنگ سے بندھا ہُوا "کال" بن گیا۔ بمصداق:۔

ؔ دل کے پھپھولے جل اُٹھے سینے کے داغ سے
اس گھر کو آگ لگ گئی گھر کے چراغ سے

المختصر نہ صرف یہے سوراجیہ کا ہی ایک ماتر سادھن تیاگ کا جیون اور شریر سے ویراگ رکھنا ہے۔ بلکہ "مترسیہ چکشو شاسرو انی بھوتانی سمیکشامہے" نامی منتر کے انوسار جیو ماتر کو متر کی درشٹی سے دیکھنا بھی اسی صورت میں ممکن ہوسکتا ہے۔ جبکہ منش کو شریر میں آتمک بدھی نہ رہے ٭ پس بجائے اس کے کہ اس مٹی کے پتلے (جسم انسانی = گنیش) پر خاک ملنے کو "ویراگ" سمجھا جائے۔ یہ جاننے کی ضرورت ہے۔ کہ یہ شریر خود ہی آتما پرو بھوت دھارن کی ہوئی ہے۔ اس لئے جس طرح اشنان کرتے وقت جسمانی میل دھوئی جاتی ہے۔ ویسے ہی روحانی میل اوتارنے کے خیال سے لازمی ہے۔ کہ جب کبھی دیش عا یا دھرم کی سیوا کے لئے یا علمی تحقیقات کی غرض سے (جیسے قطبین کی دریافت یا ہیچو دیگر امور میں اہل یوروپ جان پر کھیلنا فخر سمجھتے ہیں) اس کی قربانی کی ضرورت ہو۔ تو ددھیچی رشی کی طرح جس نے اندر کے بجر کے لئے اپنی ہڈی نکال دی تھی۔ بلا تکلف اس شریر کو پیش کیا جاوے :-

سے یہ تو گھر ہے پریم کا خالہ کا گھر ناہیں
سیس اوتارے بھوں دھرے تب بیٹھے گھر ماہیں

پس "شریر سے ویراگ" کے یہ معنے نہیں۔ جو کہ اس

---

عا جرمنی وغیرہ ممالک میں ہر شخص کا خاص میعاد کے لئے ملکی سیوا کی غرض سے "والنٹیر" بننا ان کے تیاگ بھاو کا ہی مظہر ہے ٭

سے لاپرواہی کرنے کی صورت میں آجکل عوام کے عمل
سے دیکھے جاتے ہیں۔ بلکہ اصلی ویراگ یہ ہے ۔ کہ
جس طرح بعض مسلمان سال بھر "ڈُنبے" کی بڑے شوق
سے پرورش کرتے ہیں۔ اور "بکرعید" کے دن قربان
کردیتے ہیں۔ ویسے ہی اپنے شریر کو فانی سمجھتے
ہُوئے بھی پریم سے پالا جائے۔ تاکہ گورد گوبند سنگھ
کے بچوں کی طرح اپنے دھرم پالن کرنے میں خوشی
(عید) کا موقع ہاتھ آئے ۔ یہی شریر سمبندھی ابھیاس
و ویراگ یا غرض و فرض کے مسلے کا حل ہے +

۵ اکیلا "بھوگ" سب نے وصف شیطانی ہے تبلایا
"تیاگ" ہے وصفِ رحمانی یہ وید اور گیتا نے گایا
شرافت ہے یہ انسان کی جگہ دونو کو دے دل میں
اسی ترکیب سے ہی کرشن "پورشوتم" ہے کہلایا
لیا رس رنگ کی شوخی کا اور جب زر کا "لالہ" نے
اگرچہ خوب پھُولا پر جگر پر داغ ہی کھایا
کھلا جب "کمل" تب چاروں طرف سے بھنورے آ ٹھٹھ آئے
سوگندھی چھوڑنے پر رتبہ عالی اس نے ہے پایا
گیان اور بھوگ کو متضاد جاہل گو سمجھتے ہیں
کہیں رس گیان کا سا پر نہ رشیوں کو نظر آیا
یہ خوبی ہے اسی کی دان کرنے سے جو بڑھتا ہے
یہی ساگر ہے امرت کا۔ امر ہے اس میں جو نہایا

چمن میں لالہ بے بُو ہو۔ پہ چیتن "لالہ" با بُو" ہے
کہ "بھوگ" اور "تیاگ" دونو کا ہے نقشہ اس نے دکھلایا

اوم شم

تمام شُد

۱۹۱۴ء

# فہرست مضامین


| نمبر شمار | نام مضمون | نمبر صفحہ |
|---|---|---|
| ۱ | تندرستی ہزار نعمت ہے۔ | ۱ |
| ۲ | اسباب الامراض جسمانی۔ | ۶ |
| ۳ | قوانین حفظانِ صحت۔ | ۱۵ |
| ۴ | نیند۔ | ۱۵ |
| ۵ | ہپناٹزم۔ | ۲۰ |
| ۶ | ہوا و کرہ بادی کے دیگر شمولات۔ | ۴۵ |
| ۷ | مکان و تہ زمین۔ | ۶۷ |
| ۸ | پانی۔ | ۷۸ |
| ۹ | غذا و خوراک۔ | ۹۸ |
| ۱۰ | گوشتخوری کی تردید از روئے مذاہب و عقل و اخلاق وغیرہ۔ | ۱۶۴ |
| ۱۱ | طبی نقطۂ نگاہ سے۔ | ۱۷۰ |
| ۱۲ | انسانی فطرت کے نقص اور اُن کے طریقِ علاج۔ | ۱۹۸ |
| ۱۳ | لباس و پوشاک۔ | ۲۳۱ |
| ۱۴ | سندھیا کا جسمانی صحت سے تعلق۔ | ۲۳۹ |
| ۱۵ | صفائی جسمانی۔ | ۲۶۶ |
| ۱۶ | ورزش۔ | ۲۷۳ |
| ۱۷ | صفائی مکانات و دیہات کی۔ | ۲۸۷ |
| ۱۸ | چھوت چھات کی حقیقت۔ | ۲۹۳ |
| ۱۹ | اولاد پیدا کرنا۔ | ۳۰۹ |
| ۲۰ | تن کے ویراک کی ماہیت۔ | ۳۲۷ سے ۳۵۹ تک |

فلسفۂ اعتدال
مصنفہ
ڈاکٹر موتی لعل چیتن
مہتمم شفاخانہ پاسٹر انسٹی ٹیوٹ آف انڈیا
کسولی

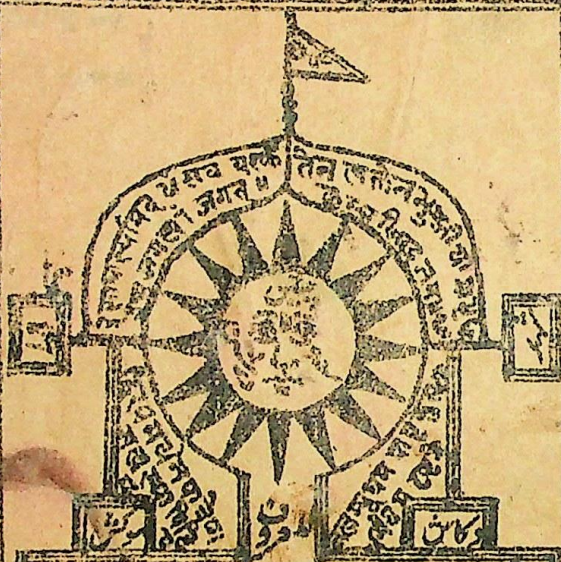
گرنتھ کرتا اتینت پریم سے اپنی اس ناچیز سیوا کو
بھگوان کرشن کے پوتر چرن کملوں میں ارپن کرتا
ہے۔ جنہوں نے گیتا روپی سچے یوگ کے اوپدیش
سے بھارت میں امرت کا پرواہ چلایا۔ اور
غریب الوطن پانڈووں کو سوراجیہ کا سیدھا مارگ
دکھایا۔ گویا اہنکار کو بھگوت ارپن کرنے کی
ہدائیت کی۔

مصنف۔

यत्करोषि यद श्नासि यज्जुहोषि ददासि यत ॥
यत्तपस्यसि कौंतेय तत्कुरुष्व मदर्पणम ॥९॥२७॥

1657

# باب سوئم

# من کا ابھیاس

نوٹ:- چونکہ ایجاد واختراع کا مادہ چاروں قسم کی سرشٹی پر وچار کرنے اور اعلےٰ
درجے کی تقریر کا انحصار وسیع مطالعے اور لطیف مذاق پر ہوتا ہے۔ اسلئے
جہاں عام طور پر ہر شخص کو صاحب ایجاد ہونے کے لئے موجد عالم یعنی برھما جی کی
بھگتی لازمی ہے۔ وہاں قومی حیثیت میں جادو بیان اُپدیشک بننے اور مانسک
ادھیاتمک شکتیوں کو بدرجۂ کمال پہنچانے کے گن کرم سوبھاؤ صرف برھمن ورن سے
مخصوص ہیں۔ اسلئے سارسوت (یعنی) ہونا سرسوتی کی بھگتی کیول انہی کا دھرم ہے۔

**منش کی فضیلت[1] ہی من سے ہے**

دل بدست آور کہ حج اکبر است
از ہزاراں کعبہ یکدل بہتر است

من ریاست جسمانی کا راجا اور حواس عشرہ کا حاکم اور رہنما ہے۔ اس کی لطافت
سے انسان دیوتاؤں سے بڑھ کر اور اُسی کی کثافت سے پشوؤں سے بدتر درجہ پاتا ہے
کائنات میں انسانی کاریگری کے تمام اعلیٰ وادنےٰ ظہور اسی ذات بابرکات کے
کرشمے ہیں۔ اگرچہ بظاہر دھن اور تن ہی حصول راحت کے وسائل ہونے کا دم بھرتے

[1] جو اشخاص صرف لذات حواس کے حصول کو ہی مدعائے زندگی سمجھتے ہیں۔ ان کو معلوم رہے۔ کہ اس
پہلو میں وہ حیوانات کی نسبت سبقت نہیں لیجا سکتے۔ کیونکہ طبقۂ حواس پر یہ ہر پہلو میں ان سے بڑھ کر
ہیں۔ منش کی فضیلت صرف اسی میں ہے۔ کہ یہ من کی شکتیوں کو کام میں لائے۔ اور بجائے اس کا
غلام ہونے کے آقا بن کر زندگی بسر کرے۔

ہیں۔ لیکن بنظر تحقیق دیکھنے پر معلوم ہوتا ہے۔ کہ یہ دونوں بھی صبح شام
اسی کے آستانِ مقدس پر سرِ تسلیم خم کرتے ہیں۔ بقول لبیکہ :-

میں جبہ سا ہوں اس درِ عالیمقام کا ۔ کعبہ جہاں جواب نہ پائے سلام کا

کیونکہ اول تو اُن کے کمال کی صورت بھی اُسی ذات شریف کے اشارے پر مبنی
ہے۔ گویا اُن کے پردے میں بھی "ہرفن مولے" ہونے کی وجہ سے یہی حضرت
کارکن ہیں۔ دھن کا جمع کرنا اور صحت بدنی کا قائم رکھنا اسی منتظم کی فراست
اور دانائی کا کام ہے۔ اور اول الذکر ہر دو کا وسائل راحت ہونے میں صرف
نام ہی نام ہے۔ بمصداق :-

وہ مہر ہے سفاکی شہرہ ہے نگاہ یار کا ۔ سچ کہا ہے باڑھ کاٹے نام ہو تلوار کا

دیگر امر یہ ہے۔ کہ رنج و راحت کا محسوس کنندہ بھی یہی ہے۔ گویا کسی شے کا
راحت بخش یا رنجدہ ہونا صرف اسی کی مختلف حالتوں پر مبنی ہے۔ اسلئے ایں حضور
کی طبیعت ذرا اسی بگڑنے پر ان دونوں کی ہستی نیستی سے بڑھ کر کام نہیں دیتی ع

تیری چتون کیا پھری سارا زمانہ پھر گیا

رُخ انور پر ابر ملال چھاتے ہی تمام راحتوں پر یکلخت پانی پھر جاتا ہے۔ گو
قارون یا راک فیلر کی طرح بیسیوں خزانے زر و جواہرات سے مالامال ہوں۔ اور
رستم اور رام مورتی کی طرح تن میں ناقابلِ برداشت طاقت ہو لیکن جونہی کسی خلاف
خاطر واقعہ کی بدولت مزاجِ اقدس پر خفیف سی کدورت آئی۔ راحت کا جلوہ
دکھانے میں اول الذکر ہر دو بے بس اور مجبور ہیں۔ حالانکہ برخلاف اسکے
اگر طبیعت صاف ہے۔ تو خواہ رام تیرتھ کی طرح ایک پیسہ پاس نہ ہو۔ یا دو ہیچ
کی طرح جیتے جی ہڈی نکال کر دینی پڑے۔ تاہم چشمۂ سرور اندر سے اُمڈا
چلا آتا ہے۔ دنیا کی کوئی طاقت نہیں۔ جو کہ ایک لمحہ کے لئے رنج و غم
سامنے لا سکے + بقول مصنف + ؎

رکھیو قدم سنبھل سنبھل کے جانے سے سب دُکھ دُور ہوا

لے سمجھ اسی "سمبھل"[2] ہیں اوتار کا آج ظہور ہوا

دن رات نہ دیکھا سورج نے۔ کب ظلمت؟ جہاں پہ نور ہوا

جب کھلی آنکھ سم درشن کی سب غم غصہ کافور ہوا

ایک چیتن روپ نظر آوے جس طرف نگاہ کا جانا ہو

ترلوکی ناتھ کا "سم" سے ہی اس من مندر میں آنا ہو

بدیں وجوہات صاف ظاہر ہے۔ کہ مقصد انسانی یعنے دائمی راحت حاصل کرنے کیلئے من کا قابو میں لانا نہایت ضروری امر ہے۔ گویا اس کی تربیت اس قسم کی ہونی چاہیئے۔ کہ جس طرح پانی کو جس برتن میں ڈالو۔ اسی کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ ویسے ہی اسکو بھی خواہ کسی قسم کے واقعات پیش آئیں۔ انہی میں راحت بخش نظارے دیکھ سکے۔ بقول لیکہ ؎

دل دے تو مجھ کو ایسا اے پروردگار دے | جو رنج کی گھڑی بھی خوشی سے گزار دے

اسی تربیت یافتہ حالت کو مدِ نظر رکھ کر یہ کہا گیا ہے:-

؎ قومے بہ تمنائے زر و مال خوش اند | قومے بہ تماشائے خط و خال خوش اند

اینہا ہمہ اسباب خرابی دارند | خوشحال سمانا نکہ بہر حال خوش اند

پس ہر شخص کا فرض اولین یہ ہے۔ کہ من کی تربیت کے لئے غیر معمولی توجہ سے کام لے۔ کیونکہ مُدعاء حقیقی کے حصول کا راز در اصل اسی ایک عمل میں مخفی ہے۔ اسی امر پر رشیوں کی طرف سے زیادہ زور دئے جانے کی وجہ سے ہندو قوم فلاسفروں کی قوم" کے نام سے موسوم ہو رہی ہے۔ کتنے افسوس کی بات ہے۔ کہ جس قوم میں تین چوتھائی بچوں کے لئے اپنی جاتی (دوج) میں ہی شامل ہونا "حصول تعلیم" پر مبنی تھا۔ آج "گورنمنٹ" ان کو لازمی تعلیم دینے سے اسلئے احتراز کرتی ہے۔ کہ

---

[1] اصطلاحی طور پر لفظ "سمانا" اسی مفہوم کا مظہر ہوتا ہے۔ بقول لیکہ ؎

ارض و سما کہاں تیری وسعت کو پا سکے؟ | میرا ہی دل ہے کہ جہاں تو سما سکے

(سم + آ)

[2] سمبھل نامی شہر میں نشکلنک اوتار کا ہونا بیان کیا گیا ہے +

عوام پر بُرا اثر نہ ہو؟ درانحالیکہ مجموعی طور پر اہل ہند مرد بھی علمی پہلو میں تمام مُہذب ممالک سے بہت پیچھے ہیں - اور عورتوں کا تو ذکر ہی کیا؟ حالانکہ ویدک منتروں کی درشٹا عورتوں کا ہونا اور مہاراج بھوج کے زمانے میں ادنےٰ درجے کے لوگوں کا بھی تعلیمیافتہ ہونا اظہر من الشمس ہے +

**نشوونما کے معنے** اصطلاحی طور پر جسم اور دماغ کا بڑھنا بالیدگی کہلاتا ہے (جس کا انحصار صرف صحت جسمانی کے اصولوں پر ہے) لیکن بالیدگی کے ساتھ ساتھ علم و ہنر یعنے من کی شکتیوں کے بڑھنے کو نشوونما کہتے ہیں جس کا انحصار تعلیم و تربیت پر ہے - یہ نشوونما یکطرفہ بھی ہو سکتا ہے اور عام بھی یعنے مثلاً بعض اشخاص کے دماغ تو نشوونما پا جائیں - مگر رگ پٹھے نہ پائیں - تو انہیں مشاہدہ کرنے اور سوچنے کی طاقت تو حاصل ہو جاتی ہے - لیکن اپنے اعضاء سے ٹھیک طور پر کام لینے کی قابلیت نہیں ہوتی - یہ گویا ان کی یکطرفہ نشوونما ہے - یا بعض آدمی بڑے بھاری پہلوان تو بن جاویں - مگر ان میں مشاہدہ کرنے اور سوچنے کی طاقت پیدا نہ ہو - علےٰ ہذالقیاس دماغ کی مختلف قوتوں یعنے حافظہ اور غور و خوض وغیرہ کا معاملہ ہو سکتا ہے - یہ یکطرفہ نشوونما جس تعلیم کا نتیجہ ہوتا ہے اس کو "ناقص تعلیم" کہتے ہیں - برخلاف اس کے "اعلےٰ تعلیم" وہ ہے - جس کا نتیجہ عام نشوونما ہو - یعنے انسان ہر پہلو میں اپنے قوےٰ کی کمالیت حاصل کر سکے

**صحیح تعلیم کی تعریف** چونکہ عمدہ اخلاق کی بنا عقل اور سمجھ پر ہوتی ہے اسلئے تربیت اخلاق سے پیشتر تربیت عقلی کا ہونا ضروری ہے - لیکن جستہ عقل کی تربیت سے پڑیک وید میں تمیز تو کر سکتا ہے مگر ضمیر کی آواز کے بموجب عمل کرنے کی جرأت نہیں رکھتا - گویا پاپ سے بد کتا ہے چند کی تصدیق کرتا ہے - نیز بداخلاقی سے چونکہ بدعملی اور اس سے صحت کو نقصان پہنچتا ہے - اسلئے جسمانی تربیت کے لئے اخلاقی تربیت کی ضرورت ہوتی ہے - اور برخلاف اس کے اخلاقی تربیت کے لئے جسمانی

تربیت کا ہونا بھی ضروری ہے - کیونکہ کمزور شخص عموماً بزدل اور بے بس ہوتا ہے - اور بیمار شخص عموماً ضدی اور چڑچڑا ہوتا ہے - ایسے ہی جب تک جسم صحت کی حالت میں نہیں ہوتا - تب تک قوائے عقلیہ سے بھی جم کر کام نہیں کیا جاتا - اور بیعقلی کی حالت میں جو غلطیاں سرزد ہوتی ہیں - ان سے جسم متاثر ہوتا ہے - المختصر جسمانی، اخلاقی اور عقلی تربیت کا ہونا مجموعی طور پر انسان کے لئے ضروری ہونے کے علاوہ باہمی ایک دوسرے کے لئے بھی لازمی امر ہے - اسلئے "صحیح تعلیم" وہی کہی جا سکتی ہے - جو کہ اس تثلیث میں وحدت کی جلوہ نمائی کرے - یعنے ہر پہلو میں یکسانیت سے کام لے - چونکہ جسمانی تربیت کے اصول گذشتہ باب میں بیان کئے جا چکے ہیں - اور روحانی تربیت (کثرت میں وحدت کا جلوہ دیکھنا) اگلے باب میں بیان کیجائیگی - اسلئے یہاں پر من (عقل و اخلاق وغیرہ) کی تربیت کا ذکر کیا جاتا ہے :-

**من کی حقیقت** اگرچہ عام طور پر من کا روپ سنکلپ وکلپ (فکر و تامل) کرنے والا بیان کیا گیا ہے - لیکن بغور دیکھا جائے - تو نہ صرف یہ من تمام حرکات (خیالی و جسمانی) کا ہی منبع اور محرک ثابت ہوتا ہے - بلکہ ہر قسم کے احساس (سُکھ دُکھ) کا محسوس کرنے والا بھی یہی ہے - مثلاً چوٹ لگنے سے بچہ رو رہا ہے ذرا گھنٹی بجا کر اس کے من کو ادھر کھینچ لیا - تو بس دُکھ درد سب موقوف - ایسے ہی گھر میں بیٹھے بیٹھے یا مرنے یا جھوڑ کر تکالیف میں - مثلاً شخص کو بھی جو ہیں کسی ناگہانی کامیابی کی جھلک نظر آئی - وہیں بجلی کی چمک کی طرح تاریکئے کلفت کو کو دور کر گئی - اور گہری نیند کی حالت میں (بالفاظ دیگر جسم اور دنیا سے بے تعلق ہونے پر) تمام تکالیف کا معدوم ہو جانا تو اظہر من الشمس ہے :-

بیہوشی کی حالت میں اکثر ہم نے دل انہوں کھا لگ گئی جب آنکھ چھین کہ سبھی کا فور تھا

اسلئے نہ صرف یہ منبع خیالات ہی ہے - بلکہ توجہ کے ذرا ادھر سے اُدھر کر دینے سے محسوسات کا تمام نقشہ بدل دینا بھی اسی کے بائیں ہاتھ کا کرتب ہے،

بھگوت گیتا کے چھٹے ادھیائے شلوک ۶ میں کہا گیا ہے۔ کہ یہ اپنا آپ ہی دوست ہے۔ اور اپنا آپ ہی دشمن"۔ یعنے اگر اپنے آپ پر قابو رکھتا ہے۔ تو ہر قسم کے تعلقات سے بالاتر رہنے کی وجہ سے دوست کا کام دیتا ہے۔ اور اگر بے قابو ہے۔ تو مصیبتوں میں ڈالنے کا باعث ہونے سے دشمن کی طرح سلوک کرتا ہے۔ غرض یہ ہے۔ کہ اپنے بھوگ یا موکش کے لئے آپ ہی جو چاہتا ہے سو کرتا ہے اسی لئے "من جیتے جگ جیت" ہر ایک مہاتما کا مقبول مسئلہ ہے۔ اس من کی رہائش کا مقام ستھول شریر کا سب سے اوپر والا حصہ یعنے دماغ[ل] ہے۔ یا یوں کہا جا سکتا ہے۔ کہ جس طرح جسم کے ہر ایک "سیل" میں زندگی کی بدولت ہر ایک عضو ارادی یا بے ارادی طور پر اپنا اپنا کام کرتا ہے۔ ویسے ہی دماغی سیلز سے من کے مختلف افعال ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ یعنے اس کے مختلف حصے دیگر اعضاء جسمانی کے طبعی افعال کی طرح حرکت و احساس۔ ادراک و حافظہ خیال و عقل اور جذبات و خواہشات کی صورت میں اپنا اپنا فعل ادا کرتے ہیں۔ بالفاظ دیگر

---

[ل] مانسک شکتیوں کا عضو دماغ کو تسلیم کرنا مندرجہ ذیل وجوہات پر مبنی ہے:-
(۱) مانسک بےچینی اور تکان کا احساس سر میں ہونا (۲) دماغی ضربات سے بیہوشی ہو جانا (۳) بیرونی تحریک کا دماغ تک پہنچنے پر احساس ہونا (۴) مانسک شکتیوں کی تیزی کا دماغ کے دوران خون کی زیادتی سے وابستہ ہونا (۵) مریضوں کے مشاہدہ اور تجربات (عصبی مرکزوں کے برباد کرنے) سے ثابت ہوا ہے۔ کہ ضرب دماغی سے من کی معمولی شکتیوں میں نقص آ جاتا ہے (۶) شاہ رگ یعنے "کراٹڈ" نامی شریان کے باندھنے سے دوران خون میں نقص آنے پر ہوش و حواس کا معطل ہو جانا (۷) کمپیریٹو اناٹومی کی شہادت سے تصدیق ہونا کہ دماغی نشو و نما کے ساتھ مانسک قوا ترقی کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔ جیسا کہ مختلف قسم کے حیوانوں مختلف قوموں۔ اور ایک قوم کے مختلف شخصوں یا ایک شخص کے مختلف عمر کے زمانوں میں مقابلتہً دماغ کا امتحان کرنے سے دیکھا گیا ہے (۸) مانسک شکتیوں کے کام میں آنے کے بعد فاسفیٹ وغیرہ فاسد اجزا کا بکثرت اخراج پانا (۹) بیماری یا بڑھاپے میں دماغ کی کمی کے باعث خاص قوٰی کا جاتے رہنا +

دماغ روحانی ربط سے آتما رُوپی مطرب کی بدولت من روپی مختلف سوروں کا اظہار ہوتا ہے۔ جن کی خوبی اور خرابی دماغ کی زنگاری یا صیقل شدہ حالت پر منحصر ہے۔ کیونکہ جس طرح سے دیگر اعضاء جسمانی خاص قسم کی مشق سے اپنے متعلقہ کام کو نہایت صفائی سے سرانجام دیتے ہیں ویسے ہی اگر دماغ بھی تربیت یافتہ ہوتا ہے۔ تو من کی قوتوں کا ظہور اعلےٰ صورتوں میں ہوتا ہے۔ یہی مسئلہ "کاش" کا فرمان ہے۔ کہ گو حقیقی شکتی ایک ہے۔ لیکن مادے کے مختلف رُوپ بدلنے سے اس کا اظہار اتنے مختلف طریقوں پر ہوتا ہے۔ کہ مختلف اجسام میں مختلف "آتما" معلوم ہوتے ہیں۔ ایسی ہی رُوحانی وحدت اپنشد ودیا (مذہبی سائنس) سے ظاہر ہوتی ہے۔ یعنے جس طرح تمام بیرونی شکتیاں ایک ہی طبعی طاقت کی مختلف صورتیں ہیں۔ ویسے ہی اجسام ایک پرماتما کے مظہرات ہیں۔ بقول لبیکہ:-

در ہزاراں جام گوناگوں اگر آبے بیش نیست ❁ گرچہ بسیار اند انجم آفتابے بیش نیست
کے شود آتش ودرنگا از اختلاف سنگہا ❁ کثرت اندر موج باشد لیک آبے بیش نیست

ممکن ہے بعض اصحاب اس امر پر معترض ہوں۔ کہ خواہشات (اچھا دویش) محسوسات (سُکھ دُکھ) اور کوشش (پریتن) کو من کی ذات سے کیونکر منسوب کیا جا سکتا ہے۔ جبکہ نیائے درشن میں یہ اوصاف آتما کے بیان کئے گئے ہیں؟ علاوہ ازیں نرنکیشں پرمان سے بھی ایسا ہی معلوم ہوتا ہے۔ کیونکہ مُردہ شخص میں یہ اوصاف دکھائی نہیں دیتے۔ ان کے جواب میں یہ عرض ہے۔ کہ اگرچہ عام نگاہ سے دیکھنے پر یہ اوصاف رُوحانی ہی معلوم ہوتے ہیں۔ لیکن بنظرِ غور دیکھنے والے جبکہ نہ صرف نباتات کو ہی (جو کہ ہمیشہ سے آرگینگ" زمرہ میں شامل ہیں) بلکہ معدنیات کو بھی (پروفیسر بوس کے برقی عمل کے ثبوت پر) جاندار گروہ میں شامل کر رہے ہیں اور اظہار اوصاف کا انحصار خاص قسم کی ترکیبِ مادہ پر ثابت کر رہے ہیں (جیسا کہ غذا وغیرہ بیرونی حالات کی تبدیلی کرنے سے قواء دماغی میں تغیر آنے سے ظاہر ہے)

تو ان مالنک اوصاف کو آتما سے البتہ کرنا جائز نہیں ٹھیر سکتا۔ آتما کے حقیقی وصف وہی ہو سکتے ہیں۔ جو کہ تینوں کال میں اس سے علیحدہ نہ ہوں۔ چونکہ وہ بذات خود لاتبدل ہے۔ اسلئے جو اوصاف گرگٹ کی طرح دمبدم رنگ بدلیں۔ وہ اس لاتغیر ذات سے منسوب نہیں کئے جا سکتے۔ بلکہ تغیر پذیر مادی اشیاء سے ہی وابستہ ہیں۔ یہ امر دیگر ہے۔ کہ اس کی بدولت ظہور پذیر ہوں۔ مگر جس طرح سُر کو بجائے ستار کے مطرب کا وصف نہیں کہا جا سکتا۔ ویسے ہی اوصاف دماغ کو رُوح کے وصف نہیں کہ سکتے۔ آپ دیکھتے ہیں۔ کہ اگر دماغ کا خاص حصہ خراب ہو جاتا ہے۔ تو اس کے متعلقہ فعل بھی دیگر اعضاء کی خرابی کی طرح معدوم ہو جاتے ہیں۔ حالانکہ آتما موجود ہوتی ہے۔ چونکہ دماغ کی بعض جزاہیوں میں عقل و فکر۔ بعض امراض میں خواہشات و جذبات اور بعض میں حِسّی حرکات زائل یا تبدیل ہو جاتے ہیں اسلئے نتیجہ یہ نکلتا ہے۔ کہ آتما کا ذاتی وصف صرف گیان ہی ہے۔ جو کہ بیداری خواب اور گہری نیند ہر سہ حالات میں یکساں قائم رہتا ہے۔ باقی مذکورہ بالا اوصاف من ہی کے ہیں۔ جو کہ آتما کی چیتنتا کی بدولت دماغ کے مختلف حصوں میں مختلف طور پر ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ یاد رہے کہ اس لفظ "گیان" سے مُراد وہ علم نہیں۔ جو کہ مختلف اشخاص میں کم و بیش پایا جاتا ہے۔ بلکہ یہ گیان سروپ ہونا اس آتمک جیوتی کی طرف اشارہ کرتا ہے جس پر کہ تمام دنیوی اشیاء منعکس ہو کر اپنی ہستی کا ثبوت پیش کرتی ہیں +

؎ نقش ہستی ہیں منقش عِلم کی دیوار پر ॥ اور اغ ہوں چیکار کے جیسے صفحۂ رخسار پر

بعض اصحاب اپنے تئیں "گیان" سروپ تسلیم کرنے سے اسلئے انکار کرتے ہیں۔ کہ وہ اس سے مراد "عالمِ کُل" سے لیتے ہیں۔ حالانکہ یہ بات ٹھیک نہیں۔ کیونکہ "گیان" شبد صرف "علم" کے معنے رکھتا ہے۔ جو کہ عالم اور معلوم دونوں سے ویسے ہی علیحدہ ہے۔ جیسے کہ فعل علیحدہ ہوتا ہے فاعل اور مفعول سے۔ بلکہ بغور دیکھیں۔ تو عالم اور معلول دونوں کی ہستی کا انحصار

علم پر ہے۔ کیونکہ اس کے بغیر نہ عالم عالم کہا جا سکتا ہے۔ نہ معلوم معلوم۔ گویا "علم" ایک ایسا رشتہ ہے۔ جس کے دو سروں میں سے ایک کا نام عالم اور دوسرے کا نام معلوم ہوتا ہے۔ چونکہ بلحاظ ظاہر عالم اور معلوم کے ملنے سے علم ظاہر ہوتا ہے۔ اسلئے اگر دو شخص ایک دوسرے سے واقف ہونے پر اپنے اپنے نقطۂ نگاہ سے عالم اور دوسرے کے نقطۂ نگاہ سے معلوم قرار دیئے جائیں۔ تو نہ صرف وہ باہمدگر اپنے درمیانی سمبندھ کے ہی "علم" ہونے پر دلالت کرتے ہیں۔ بلکہ اپنے اپنے سروپ کو بھی "عالم" اور "معلوم" کا مرکب ہونے سے "علم" ہی کی صورت میں ظاہر کرتے ہیں۔ گویا ایک "علم" ہی مظہرات عالم میں جلوہ نما ہو رہا ہے۔ بہرحال آتما کے مضمون کو اگلے باب پر چھوڑ کر یہاں صرف "من" کا ذکر کیا جاتا ہے ÷

**من کی اقسام:** سہولت بیان کی غرض سے "من" کو دو صورتوں پر منقسم کیا جاتا ہے :- (۱) چت (آبجکٹو مائینڈ) (۲) بدھی (سبجکٹو مائینڈ)

**(۱) چت** جس طرح جسمانی صحت میں تمام اعضاء بدنی کا بلا تکلف باقاعدہ کام کرنے کے قابل ہونا لازمی امر ہے۔ ویسے ہی چت بھی اسی صورت میں صحیح کہا جا سکتا ہے۔ جبکہ اس کی تمام قوتیں باقاعدہ عمل کرنے کے قابل ہوں ÷ چنانچہ چت کے تین عمل ہیں۔ مگر چونکہ وہ کسی شئے کے رنگ۔ وزن اور شکل کی طرح آپس میں علیحدہ نہیں ہو سکتے اس لئے ان کو تین حالتیں بھی کہہ سکتے ہیں۔ اور وہ یہ ہیں :- (ا) تعلّم۔ (ب) تاثّر ÷ (ج) ارادت ÷

**ا۔ تعلّم** یہ چت کی اس طاقت کا نام ہے جس کے ذریعے وہ جانتا ہے؛ معلوم کرتا ہے۔ یا واقفیت حاصل کرتا ہے ÷ اُس کی تربیت سے مراد "عقلی تربیت" سے ہے۔ اور اسمیں مندرجہ ذیل قواء شامل ہیں

(۱) **قوتِ مدرکہ** | اس میں دو امور شامل ہیں (۱) احساس یعنی کسی قسم

کی بیرونی تبدیلی کو محسوس کرنا مثلاً کسی قسم کی بُو آنا یا کوئی آواز سنائی دینا وغیرہ (۲) ادراک یعنی تحسس کو خارجی شے سے منسوب کرنا مثلاً بُو کو پھول سے یا آواز کو ستار سے وابستہ خیال کرنا وغیرہ + چونکہ ایک شے سے مختلف قسم کے احساس ہو سکتے ہیں۔ اسلئے احساس و ادراک کا تعلق بالکل ویسا ہی ہوتا ہے جیسا کہ حروف تہجی کا کسی خاص لفظ سے - یعنے جس طرح کئی حروف ملکر ایک لفظ بنتا ہے۔ اسی طرح رنگ و بُو وغیرہ مختلف تحسسات کے مجموعے سے ایک شے کا درک ہوتا ہے پس اس قوّت کی تربیت کیلئے لازمی ہے کہ ہر ایک شے کا بغور مشاہدہ کیا جائے۔ اور اگر ممکن ہو سکے تو اُس کی تصویر بنائی جائے - کیونکہ تصویر بنانے سے نہ صرف اس شے کے ہر ایک حصے سے ہی واقفیت حاصل کرنی پڑتی ہے - بلکہ آنکھوں کی تربیت کے ساتھ ساتھ ہاتھوں کی تربیت بھی ہوتی جاتی ہے - چونکہ حِس کی نشو و نُما کا ذریعہ مشق ہے - گویا جس طرح ورزش کرنے سے بدن میں چستی و چالاکی آجاتی ہے - ویسے ہی بار بار کام لینے سے ہر ایک حِس میں تیزی طراری پیدا ہو جاتی ہے اسلئے قوّت مُدرکہ کی باقاعدہ تربیت کے لئے حتے الامکان ہر ایک شے کے متعلقہ تمام حواس عملی یعنے کان آنکھ ناک و قوّت لامسہ وغیرہ سے کام لینا چاہئے + اسی باقاعدہ معائنہ کرنے کے فعل کو مشاہدہ کہتے ہیں۔ اور اس کی ترقی کے لئے تصویر کھینچنا بہترین سادھن ہے +

چونکہ اہل ہند میں "قوّت مشاہدہ" کی بالخصوص کمی بیان کی جاتی ہے۔ چنانچہ اسی وجہ سے اگر ایک طرف وہ مادۂ ایجاد سے قاصر رہتے ہیں - تو دوسری طرف واقعات کو ٹھیک طور پر مطالعہ نہ کر سکنے کی وجہ سے مذہبی یا ہمچو دیگر بحث مباحثہ میں بھی اکثر فضول وقت ضائع کرتے رہتے ہیں۔ حالانکہ اگر اس قوّت سے ٹھیک طور پر کام لیا جائے - تو نہ صرف مادی پہلو سے ہی کمال حاصل کرنا ممکن ہو - بلکہ باہمی مناظرے میں بھی نیک خیالات کرتے ہوئے بآسانی صحیح نتیجے پر پہنچ جایا کریں۔ جس سے علاوہ

عقلی ترقی کے کفایت وقت ہو۔ اور باہمی محبت ترقی پائے۔ اسلئے قوت مشاہدہ
کے متعلقہ چند ایک ضروری امور ذیل میں درج کیئے جاتے ہیں:-

## علم انسانی کے عناصر

جس طرح چند ایک حروف کے ملنے سے
الفاظ اور الفاظ کے باہمدگر میل جول
سے جملے اور جملوں کے ملاپ سے بیشمار کتابیں تیار ہو جاتی ہیں۔ گویا بلحاظ
نفس مضمون کے خواہ کوئی کتاب مذہبی ہو۔ یا فلسفے اور سائنس کی کسی شاخ
سے تعلق رکھتی ہو۔ لیکن ابجد سب میں ایک ہی ہوتی ہے۔ ویسے ہی نوع انسان
میں ہر شخص کا جدا جدا ہوتے سے "علم" بھی ادنے واعلے خواہ کتنی ہی صورتیں
اختیار کرلے لیکن ان تمام کی بناوٹ انہی چند عناصر پر مبنی ہوتی ہے۔ جو
کہ سات حواس (جن میں حس عامہ۔ چکھنے۔ سونگھنے۔ چھونے۔ سننے
دیکھنے اور عضلات کی حس شامل ہیں) کی بدولت دیش کال اور وستو کے تعلقات
کی صورت میں ہر شخص کو حاصل ہوتے ہیں + مگر چونکہ دیش و کال کے نقطہ
نگاہ سے وسعت حجم (چھوٹا بڑا ہونا) اور خاص دیر تک موجودگی (لمحہ بھر سے لیکر
برسوں تک) کے علاوہ مادی اشیاء کے اوصاف نہ صرف مختلف اقسام کے ہی
ہوتے ہیں۔ جو کہ مختلف حواس سے محسوس ہو سکتے ہیں (جیسے رنگ اور آواز
وغیرہ آنکھ و کان وغیرہ سے) بلکہ ہر ایک وصف بذات خود بھی خاصیت اور مقدار
میں کم و بیش تیزی رکھنے سے کئی قسم کے اندرونی اختلافات ظاہر کرتا ہے
(جیسے رنگوں کی مختلف اقسام سرخ سبز زرد وغیرہ ہونا اور انمیں سے ہر ایک
کا ہلکا اور شوخ ہونا وغیرہ) اسلئے مختلف حواس کے سمبندھ میں یہ ظاہر کر دینا
بہتر ہوگا۔ کہ کس حس کو کام میں لانے سے کن اوصاف کا علم ہونا ممکن ہے۔
تاکہ قوت مشاہدہ کی نشوونما میں اس "ابجد علمی" پر بخوبی غور کرنے سے خاص
امداد مل سکے نیز یہ سمجھا جا سکے۔ کہ اندھے بہرے وغیرہ کیونکر علم حاصل کر سکتے
ہیں؟ لیکن اس سے پہلے یہ بتلا دینا ضروری ہے۔ کہ ایک طرف اگر روشنی اور آواز

وغیرہ ایتھر اور ہوا کی لہریں ہونے سے حرکت ہی کی مختلف صورتیں ہیں۔ تو دوسری طرف ان کا "علم" بھی ان کے زیر اثر نظام عصبی کے پرمانوؤں میں حرکت ہونے کا ہی نام سمجھا جاتا ہے۔ گویا جس طرح "زندگی" کے معنے قدرت کی بیرونی طاقتوں کے جسم پر موزوں "ری ایکشن" (جواب عمل) پیدا کرنے کے ہیں۔ ویسے ہی علم بھی بیرونی حرکات کے اندرونی ری ایکشن پیدا ہونے کا ہی نام ہے مگر جس طرح بیرونی تغیرات خفیف حالت میں جسمانی ری ایکشن نمایاں طور پر پیدا نہیں کرتے۔ بلکہ "جسمانی تبدیلی" کے معلوم ہونے کیلئے بیرونی حالات میں کافی تبدیلی ہونی لازمی امر ہے۔ ویسے ہی کسی تحریک پیدا کرنے والی شئے کے لئے اپنے اوصاف کے احساس سے پیشتر خاص درجہ تک تیزی رکھنا ضروری امر ہے اس سے کم ہونے پر وہ صفت محسوس نہیں ہو سکتا۔ دیگر اس احساس کے بعد اس کی مقدار میں زیادتی محسوس کرنے کے لئے پھر مختلف درجات تک تیزی ہونے کی ضرورت ہوتی ہے۔ گویا مخصوص درجہ سے کم اضافہ ہونے پر محسوس نہیں ہو سکتا۔ مثلاً اگر سو لیمپ پہلے جل رہا ہو۔ تو ایک اور جلانے سے موجودہ روشنی میں فرق نہیں معلوم ہو سکتا) تیسری بات یہ ہے۔ کہ خاص درجے تک تیزی حاصل ہو چکنے پر اگر مقدار میں اور ترقی کی جائے۔ تو بھی احساس میں کسی قسم کی تبدیلی نہیں آتی جیسے سورج کے مرکز اور کنارے کی چمک میں ہم کچھ فرق نہیں کر سکتے۔ حالانکہ دونو مقامات پر روشنی کی مقدار میں بڑا بھاری فرق ہے مطلب مختصر یہ کہ ہمارے حواس کی قابلیت ایسی نہیں ہے۔ کہ وہ بیرونی اشیاء کے اوصاف کو پورے طور پر اپنے حدود علمی میں سما سکیں۔ اسلئے ہر ایک امر کے متعلقہ کسی خاص آخری رائے قائم کرنے سے پہلے یہ خیال ہمیشہ رہنا چاہئے کہ دنیاوی اشیاء کی نسبت ہمارا علم مکمل نہ ہونے سے "حقیقت عالم" تک رسائی نہیں پا سکتا۔ بہر حال انسان جو محدود علم حاصل کر سکتا ہے۔ اس کی ابجد مندرجہ ذیل ہے:-

[illegible] | نظام عصبی سے تعلق رکھتی ہے۔ اس سے متعلق اعضاء [illegible]

ساختوں میں دباؤ یا کیمیائی فرق آنے سے درد یا جلن وغیرہ محسوس ہوتی ہے۔ ان میں بھوک پیاس وغیرہ کی حس ایک خاص قسم کی ہے +

**(۲) حس ذائقہ** یہ صرف "کرسٹلائڈ" (جو اشیا پانی میں حل ہو سکتی ہیں) اشیاء کے وصف کو ہی محسوس کرتی ہے + لیکن چونکہ منہ میں قوت لامسہ بھی موجود ہوتی ہے نیز ناک کی قربت سے قوت شامہ بھی مددگار ہوتی ہے۔ اسلئے علاوہ اعضاء انہضام کی حس کے (جو کہ "رفلیکس" طور ان کے اعصاب میں تحریک اٹھنے سے پیدا ہوتی ہے) اس سے منہ میں ڈالی گئی شے کے حجم، شکل، نرمی، کرکراہٹ، گرمی اور خوشبو کا بھی علم ہوتا ہے۔ آخرالذکر وصف کی حس کا نہ ہونا ہی زکام وغیرہ کی حالت میں بعض اشیاء کے ذائقہ بدلنے کا باعث ہوتا ہے + ذائقہ چھ قسم کا کہا گیا ہے:۔ میٹھا۔ کڑوا نمکین ترش۔ کھاری اور دھاتی + باقی تمام ذائقے انہی کے مختلف صورتوں میں ملاپ کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ یہ حس علمی غرض سے بہت کم کام میں لائی جاتی ہے +

**(۳) قوت شامہ** یہ صرف ایسی اشیاء کی شناخت میں کام دیتی ہے جو کہ خاص درجہ حرارت پر بخارات یا ہوا کی صورت اختیار کر لیتی ہیں "امونیا" وغیرہ کا جو اثر قوت لامسہ کی موجودگی کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اس سے علیحدہ سمجھنا چاہئے۔ ذائقہ کی نسبت بو بہت زیادہ قسم کی ہوتی ہے۔ گو اُن کے نام میٹھا۔ نمکین وغیرہ کی طرح مقررہ نہیں۔ صرف خاص اشیاء ہی سے منسوب کئے جاتے ہیں۔ جیسے گلاب چنبیلی۔ پیاز سلفیورٹیڈ روجن کی مانند وغیرہ۔ چونکہ انسان میں یہ حس بمقابلہ کتوں وغیرہ حیوانات کے بہت کمزور ہے۔ اس لئے حصول علم میں بہت کم کام آتی ہے +

**(۴) قوت لامسہ** اس کا اصلی کام دباؤ کا جاننا ہے۔ اور بمقابلہ دیگر

باند

مقامات کی جلد کے متحرک اعضاء مثلاً انگلیوں کے سروں اور ہونٹوں میں نسبتاً بہت زیادہ ہوتی ہے۔ چنانچہ پرکار کے ۲ سروں کا سطح جسم پر اکثر جگہ صرف ایک ہی کی طرح کا علم ہوتا ہے + دباؤ کے درجات کی تمیز کرنے میں عضلاتی حس بھی شامل ہو جاتی ہے + اس سے اشیاء کے حجم کی وسعت اور مقامات کو مخصوص کرنے سے دیش کا بھی گیان ہوتا ہے۔ اگرچہ اس میں مختلف اوصاف کی حس نہیں جیسی کہ قوت شامہ میں ہے۔ مگر دباؤ کے درجات (مقدار) اور مقامی حدود کی وجہ سے سختی نرمی اور کھردراپن و صفائی کا گیان ہو جاتا ہے۔ سردی گرمی کی حس گو خاص مقامات میں نمایاں ہوتی ہے۔ لیکن دراصل عام حس سے مشابہت رکھتی ہے۔ چنانچہ ایک ہاتھ کو برفانی پانی میں اور دوسرے کو گرم پانی میں کچھ عرصہ رکھنے کے بعد دونو کو معمولی پانی میں ڈالنے سے وہی پانی ایک ہاتھ کو گرم اور دوسرے کو سرد معلوم ہوگا +

چونکہ یہ حس دباؤ کے درجات بتانے کے علاوہ اشیاء کے مقامی اوصاف (حدود) سے دیش اور احساس کے آغاز و انجام محسوس کرنے سے کال کے تعلق کو بھی بتا سکتی ہے۔ جو کہ قوت ذائقہ اور شامہ نہیں بتا سکتے۔ اسلئے ان سے اعلےٰ درجہ رکھتی ہے۔ نیز چونکہ اس حس کے ساتھ عضلاتی حس کا بھی اکثر ملاپ رہتا ہے۔ اسلئے اس کی عظمت یہاں تک ہے۔ کہ انسانی علم کی عظمت ہی اس حس کی خوبی پر مبنی قرار دیگئی ہے۔ (غالباً اسی عظمت کو ظاہر کرنے کے خیال سے آرش گرنتھوں میں ہاتھ کا دیوتا "اندر" بیان کیا گیا ہے) +

**(۵) قوت سامعہ**

چونکہ یہ ہوا کی لہروں سے تحریک پاکر کچھ فاصلے سے بھی علم حاصل کر لیتی ہے۔ اسلئے مذکورہ بالا حواس سے اعلےٰ تر کہی جاتی ہے + نیز راگ اور شور (یعنے مختلف زبانوں نظم و نثر اور پتوں کا کھڑکھڑانا وغیرہ) ہر قسم کی آواز کے مختلف درجات کی تیزی (مختلف سریں) اور اس کے مختلف حصوں کو بآسانی تمیز کرتی اور اطراف

کا گیان دیتی ہے۔ اسلئے مکمل حس کہی جاتی ہے۔ چنانچہ بباعث اس کی تمیز اوصاف و مقدار اور وقت (تال) کی تمیز کے نہ صرف اس سے پاکیزہ لذت (راگ و باجے وغیرہ کی) ہی حاصل کر سکتے ہیں۔ بلکہ زباندانی کے ذریعہ علمی حصول میں بھی بہت مدد ملتی ہے۔ سُروں کی حدود احساس سولہ سے چالیس ہزار فی سیکنڈ لہروں تک ہے +

**قوتِ باصرہ** یہ اعلیٰ ترین حس ہے۔ جو کہ ایتھر کی لہروں سے تحریک پاکر آسمان کے ستاروں کا بھی علم حاصل کرنے کا باعث ہوتی ہے۔ بلحاظ تیزی کے درجات کے سورج سے لیکر سیاہ شے تک کو دیکھ سکتی ہے۔ یکدم خاص شے کو یا بہت سی اشیاء کو جان لیتی ہے۔ مختلف رنگوں کے ساتھ اشیا کی شکلوں اور اطراف کو بھی عضلات کی مدد سے بتاتی ہے۔ منشور مثلثی میں جو شعاعوں کا اختلاف بباعث ان کی لہروں میں کمی بیشی ہونے کے ہوتا ہے۔ اس کی حدود احساس کا اظہار کرتا ہے۔ چنانچہ سرخ رنگ سب سے سست ہے۔ جو کہ چار سو چھپن بلین فی سکنڈ لہروں کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اور بنفشی سب سے تیز ہے۔ جو کہ چھ سو ستاسٹھ بلین فی سکنڈ لہروں کا مظہر ہوتا ہے۔ باقی تمام رنگ ان دونو حدود کے درمیان ظہور پذیر ہوتے ہیں +

**(۷) عضلاتی حس** یہ علاوہ اپنی ارادی حرکات یعنے بولنے یا کام کرنے وغیرہ کی حس کے آنکھ کان جلد وغیرہ کے ساتھ بھی مدد دیتی ہے۔ جن کو توجہ کے زیر اثر خاص وضع میں قائم رکھنے کے لئے خاص عضلات کو سکیڑنا پڑتا ہے۔ چنانچہ اپنے جسم کے اعضا اور بیرونی اشیاء کی وضع۔ اپنے سے ان کا فاصلہ اور طرف۔ اُن کی قوت مقابلہ۔ ان کے حصول کی کوشش اور ہاتھ یا آنکھ کے جلدی سے حرکت میں لانے سے دو قسم کے اوصاف کے مقابلہ کرنے سے تمیز میں مدد دینا۔ اور کام کے آغاز و بلندی امدا[د] تمیز سے وقت کا علم دینا اسی کے خواص ہیں + اسلئے جو کام خود کرکے

دیکھ لیا جاتا ہے۔ وہ بمقابلہ دیگر تمام حواس کو کام میں لانے کے زیادہ ذہن نشین ہوتا ہے "تجربہ بہترین اُستاد ہے۔ اور مشق ا[illegible]ن کو مکمل کرتی ہے" وغیرہ" محاورات اسی حس کی عظمت پر دلالت کرتے ہیں۔ چونکہ سائنس اور "آرٹ" یعنے علم وفن میں بھی حس سب سے بڑھ کر کام میں آتی ہے۔ اسلئے خواہ "گیان" مقصد انسانی ہو۔ یا "بھوگ" ہر حالت میں کرم کی مہما اپرم پار ہے +

نوٹ۔ اگرچہ اشیاء عالم میں مختلف اوصاف اور ان کے مختلف درجات ہونے سے اوصاف و مقدار میں تفریق ایک قابل تمیز شے ہے۔ لیکن خاص حد سے گزر جانے پر ان میں بہت کم تمیز رہ جاتی ہے، جیسے مختلف رنگ تیزی پکڑتے ہوئے آخر میں سفید ہی اختیار کر لیتے ہیں۔ یا سردی گرمی حد سے بڑھنے پر ایک جیسی محسوس ہوتی ہیں۔ گویا جس طرح ایک طرف تمام اوصاف بیرونی نے اپنے احساس کے لئے جسم میں خاص ساختیں مخصوص نہیں کی ہیں۔ ویسے ہی دوسری طرف خاص درجے سے ترقی پانے پر اوصاف و مقدار میں بھی کوئی تمیز نہیں ہوتی صرف "حدود احساس" کے اندر بلحاظ دیش (چھوٹا بڑا حجم میں) کال (لمحہ بھر یا سالوں کے لئے) اور اوصاف (رنگ آواز وغیرہ) و مقدار (ہلکا یا شوخ رنگ وغیرہ) کے مادی اشیاء کا فرق جانا جا سکتا ہے۔ حدود احساس کے باہر خواہ معاملہ کمی کی طرف ہو یا زیادتی کی طرف نتیجہ یکساں "ناقابل احساس" ہوتا ہے۔ بقول لیکہ: ع

ابتدا ے کار جو تھی انتہا ے کار تھی

## (۲) قوتِ حافظہ

جس طرح احساس کا اثر حواس میں باقی رہ جاتا ہے۔ ویسے ہی ادراک کا اثر دماغ میں قائم رہ جاتا ہے۔ گویا جسطرح بوقت غروب آفتاب کو یا جلتے لیمپ کے شعلے کو کچھ عرصہ تک دیکھنے سے آنکھیں بند کر لینے کے بعد بھی کچھ عرصہ تک اس کا عکس نظر آتا رہتا ہے۔ ویسے ہی توجہ کرنے سے کسی ادراک کا عکس جو عارضی طور پر نقش ہو جاتا ہے۔ اس کو حافظہ کہتے ہیں + اگرچہ شروع میں بیرونی تحریک ہی بذریعہ اعصاب کے عصبی مرکز میں ایسی تبدیلی پیدا کرتی ہے۔ جس سے اس کا خیال پیدا ہونا ممکن ہو جاتا ہے۔ لیکن بعدہ بغیر اس خاص بیرونی محرک کے بھی ترقی کی

گنجایش ہوتی ہے + لیکن جس طرح ہوا یا ایتھر کی لہروں کی خاص مقدار تک آواز اور روشنی محسوس نہیں ہوتی۔ ویسے ہی قوت آگاہی بھی خاص درجے سے کم واقفیت کا نقش ہونے پر اس کی موجودگی محسوس نہیں کرتی۔ مگر جوں ہی کسی اسی یا دوسری قسم کی تحریک سے وُہ نقش روشن ہو کر درجہ مخصوص تک پہنچ جاتا ہے جھٹ قوت آگاہی کے سامنے "کرحافظے" کا جلوہ دکھا دیتا ہے۔ یہ بھی دو جزد یا پر منقسم ہے۔ اوّل۔ تحفظ یعنے قوت مدرکہ کے ذریعے حاصل شدہ واقفیت کو ذہن میں جمع رکھنا۔ دوم۔ استحضار یعنے بوقت ضرورت ذہن کے سامنے پیش کر دینا +

اس قوت کی ترتیب کے لئے مندرجہ ذیل امور قابل غور ہیں:۔ (۱) قوت مدرکہ کا عمدگی سے کام میں لانا جس کی بدولت ادراک خوب واضح اور روشن ہو چونکہ "شنیدہ کے بود مانند دیدہ" کا مقولہ مسلمہ ہے۔ اسلئے حتی الامکان کسی شے کا آنکھوں سے دیکھنا بمقابلہ اس کے اوصاف زبانی سننے سے اس مطلب کے لئے زیادہ مفید ہوتا ہے۔ (۲) تکرار یعنے شے مطلوبہ کا بار بار ادراک کرنا۔ (۳) بوقت ادراک شوق سے کام لینا۔ یاد رہے۔ کہ شوق اور تکرار کا تعلق معکوس نسبت کی طرح ہوتا ہے۔ جس میں ایک کی کمی پر دوسرے کی زیادتی کی ضرورت ہوتی ہے۔ گویا جس طرح کسی کام کے ختم کرنے میں آدمیوں کی کثرت سے وقت کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ اور ان کی کمی سے وقت بڑھ جاتا ہے۔ ویسے ہی جس مضمون میں دلچسپی زیادہ ہوتی ہے۔ اس کے حفظ رکھنے کے لئے تکرار کی کم ضرورت پڑتی ہے۔ اور اگر دلچسپی کم ہو۔ تو تکرار زیادہ درکار ہوتا ہے۔ (۴) قوانین تسلسل سے فائدہ اُٹھانا گویا ہر ایک خیال کا جریب کی کڑیوں کی طرح ایک دوسرے سے وابستہ کر لینا تا کہ ایک خیال کے آتے ہی دوسرا یاد آ جاوے۔ اس کی تین اقسام ہیں۔ اوّل قانون اتصال جس میں خیالات مکان و زمان کے تعلق سے یا علت معلول کی صورت میں باندھے جاتے ہیں۔ دوم۔ قانون مشابہت یعنے خاص اوصاف کی یکسانیت کی وجہ

سے ایک شے کو دیکھکر دوسری کا یاد آجانا۔ سوم قانون اضداد جس میں خاص فرق اور
مشابہت کی وجہ سے ایک شے کو دیکھکر دوسری کا خیال آنا مثلاً سیاہ رنگ کو دیکھکر سفید
رنگ کا یاد آجانا وغیرہ +

عُمدہ حافظے کے خواص مندرجہ ذیل ہیں:- (۱) سُہولت یعنے خیالات جلدی
اور آسانی سے حافظے میں جمع ہو سکیں۔ اس کا انحصار ذہنی لیاقت قدرتی قابلیت
اور توجہ کی مضبوطی پر ہوتا ہے (۲) مضبوطی یعنے خیالات دیر تک حافظے میں قائم رہیں
اس مطلب کے لئے بوقت ادراک شوق کا ہونا اور تکرار لازمی امور ہیں (۳) طراری یعنے
ضرورت کے وقت خیالات جھٹ پٹ ذہن کے سامنے آجاویں۔ اس کیلئے دو شرائط
ضروری ہیں۔ اوّل علاقہ خیالات کی صفائی۔ دوم تکرار اور وقتاً فوقتاً بذریعہ گفتگو
یا لیکچر وغیرہ اظہار کرتے رہنا (۴) ایمانداری یعنے خیالات جوں کے توں اور بے
کم و کاست ذہن کے سامنے آجاویں۔ اس مدعا کے لئے اصلی درک کی صفائی۔ صحت اور
اس کا مکمل ہونا۔ اور قدرتی قابلیت یعنے حافظے کا وسیع ہونا ضروری امور ہیں۔ ورنہ
چونکہ حافظہ لامحدود تو ہوتا ہی نہیں۔ اس لئے نئے واقعات کو یاد کرنے کے در اصل
معنے ہی یہ ہوتے ہیں۔ کہ پرانے واقعات کو بھول جائیں۔ عام طور پر غلطی ہونے کی
صرف دو وجوہات ہوتی ہیں۔ اوّل۔ بوقت ادراک توجہ نہ دینا۔ دیگر نقص حافظہ (بباعث
جسمانی یا دماغی بیماری کے یا قدرتی بناوٹ سے ہی) +

**(۳) قُوتِ متخیلہ:-** وُہ ذہنی قوت جس کے ذریعے گزشتہ خیالات کو جمع
کر کے ان سے گھٹا بڑھا کر نئے خیال قائم کئے جاتے
ہیں۔ اس کی دو قسمیں ہیں۔ اوّل تخیل ترکیبی یعنے کسی چیز کے بیان پڑھنے یا اس
کا ذکر کسی کی زبانی سُننے سے اس شے کی ذہنی تصویر بنانا مثلاً نارنگی سے خربزے
یا بلی سے شیر کا خیال کرنا۔ دوم تخیل اختراعی یعنے ذہن رسا اور کامل مشاہدے کی
مدد سے اعلیٰ قسم کی علمی تحقیقاتیں۔ ایجادیں اور تصنیف و تالیف کرنا وغیرہ۔ آخر الذکر
قوت شاعروں۔ اعلیٰ علوم کے جاننے والوں اور فاضلوں کی طبیعت میں زور پر ہوتی

ہے جس کی وجہ سے وُہ اعلےٰ قسم کی اختراع و ایجاد کرتے ہیں۔ قوت متخیلہ اور قوت حافظہ میں فرق یہ ہے۔ کہ قوت حافظہ کا کام تو مختلف خیالات (نہ صرف قوت مدرکہ سے ہی حاصل کئے ہوئے بلکہ کل قوائے عقلیہ کے خیالات حتّٰی کہ نفس کا ہر طرح کا عمل خواہ تعلّم کی قسم کا ہو۔ یا تاثر و ارادت کا) جمع رکھنا اور بوقت ضرورت ذہن کے سامنے ان کا پیش کرنا ہے لیکن قوت متخیلہ ان حاضر کئے ہوئے خیالات کو لیکر ان میں مناسب تغیّر و تبدل کر کے ان سے نئی اور نامعلوم ذہنی تصویریں قائم کرتی ہے۔ گویا قوت حافظہ کا تعلق صرف گذشتہ خیالات سے ہے۔ اور قوت متخیلہ کو گذشتہ اور آئندہ دونوں سے علاقہ ہے +

بچوں کا بغیر کسی خاص معقول وجہ کے تاریکی میں خوف کھانا اور معمولی لکڑی یا مٹی کے کھلونوں سے خوش ہو جانا ان کی قوت متخیلہ کے عمل کا مظہر ہے۔ جو کہ باعث بے قابو ہونے کے خود بخود کام کئے جاتی ہے۔ یعنے خیالات خود بخود ان کے ذہن میں آتے رہتے ہیں جن کو وُہ روک نہیں سکتے یہی وجہ ہے۔ کہ بچوں پر نامعقول خوفناک خیالات کا اثر نہیں ڈالنا چاہئے۔ اس قوت کی ترتیب کے لئے لازمی ہے۔ کہ قوت مدرکہ و مشاہدہ اور قوت حافظہ کی ٹھیک تربیت ہو۔ سیر و سفر کے قصہ جات۔ تواریخی واقعات اور نیک اشخاص کی سوانحعمریاں پڑھنا علاوہ اس قوت کو ترقی دینے کے اخلاق پر بھی بہتر اثر پیدا کرتے ہیں۔ لیکن فحش کتابوں اور بد صُحبتی سے طبیعت بگڑ جاتی ہے یاد رہے۔ کہ بعض اوقات مناسب احتیاط نہ رکھنے کی وجہ سے قوت متخیلہ بُہت زور پکڑ جاتی ہے جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے۔ کہ انسان وہمی اور دیوانہ ہو جاتا ہے۔ کسی کام کاج کا نہیں رہتا۔ یا تعصبات اور توہمات کے پنجے میں گرفتار ہو جاتا ہے اسلئے ہمیشہ تمام قوا کی تربیت ایسے طور پر ہونی چاہئے۔ کہ قوت فیصلہ اور استدلال کے مطیع اور تابع رہیں +

(۱) قوت مشاہدہ کی خصوصیّت سے اس قوت کی نشو و نما کے لئے ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ جو اشیا ہمارے مشاہدے سے گذر چکتی ہیں۔ انہی کے ذریعے ہم ان

اشیاء کا خیال کر سکتے ہیں - جو کہ ہم نے نہیں دیکھیں - گویا قوت متخیلہ کے ذریعے بھی ہم کوئی شے نیستی سے ہستی میں نہیں لا سکتے - (۲) خیالات کو دوبارہ فراہم کرنے کی مشق بھی اس قوت کی تربیت میں مددگار ہوتی ہے - (۳) ذہنی تصاویر میں بذریعہ مشق کے درستی پیدا کرنا اس قوت کی تربیت کا ایک اعلےٰ سادھن ہے یعنے مختلف خیالات سے کسی خاص شے کے متعلق ذہنی تصویر بنا کر اس کو اصلی شے سے مقابلہ کر کے اس کی تصحیح کرنی چاہئے - اس طرح پر بار بار مشق کرنے سے یہ قوت عمدگی سے نشو و نما پاتی ہے +

قوت متخیلہ سے کام لینے کے فوائد یہ ہیں (۱) ذہنی تصاویر بنانا (۲) کلوں وغیرہ کا ایجاد کرنا (۳) مذاقی تاثرات کا بیدار کرنا - ان میں سے اول الذکر یعنے عقلی تخیل کی دو صورتیں ہوتی ہیں - اول بیانات کے ذریعے ذہنی تصاویر کا بنانا - دوم بغیر کسی بیرونی امداد کے ذہنی تصویر بنانا - چنانچہ علمی معلومات کی ترقی کا باعث یہی تخیل ہے - دوم - کلوں وغیرہ کی ایجاد میں قوت متخیلہ کا کام اس طرح ہوتا ہے - کہ سیدھی سادی کلوں کے ملانے جلانے اور جوڑنے توڑنے کا ہی خیال کرنے سے نئی کلیں ایجاد ہوتی ہیں - سوم - مذاقی تخیل سے فنون نزاکت یعنے شاعری - مصوری اور موسیقی میں بڑی مدد ملتی ہے +

مخفی نہ رہے - کہ قوت متخیلہ بھی لامحدود نہیں ہے - چنانچہ ایک طرف اگر یہ نیستی کو ہستی میں نہیں لا سکتی - یعنے بغیر محسوسات کے اور کسی شے کا خیال نہیں کر سکتی - تو دوسری طرف باوجودیکہ حواس کے تجربات میں آئے ہوئے عناصر عملی کو کتنی ہی وسعت سے کیوں نہ توڑ جوڑ سکتی ہے - تاہم ان اوصاف کے توڑنے جوڑنے میں لاچار ہے - جو کہ ہمیشہ ہمارے تجربے میں ملی جلی صورت میں آئے ہوں - مثلاً نارنگی کو بیرنگ یا امریکن باشندوں کے کھڑے ہونیکو جن کے پاؤں ہماری طرف ہوں اور وہ نیچے نہ گریں خیال میں نہیں لا سکتی - علاوہ ازیں خاص حد سے زیادہ تعداد اور خاص وسعت سے زیادہ جگہ اور وقت بھی ہمارے محدود خیال میں نہیں آسکتا +

**(۴) قوّت متصوّرہ:-** وُہ ذہنی قوّت جس کے ذریعے انسان کسی شے کی جماعت کے افراد کی مشترکہ خاصیتوں کو لیکر

ان سے ایک عام خیال قائم کرتا ہے۔ دیگر قوتوں سے اس کا یہ فرق ہے۔ کہ پہلی تینوں قوائیں ذہن کے عمل علیحدہ علیحدہ اشیاء کی نسبت ہوتے ہیں لیکن اس میں نفس علیحدہ علیحدہ اشیاء کو ایک جگہ فراہم کرکے اُن خاصیتوں کا مقابلہ کرتا ہے۔ اور اس طرح پر عام قسمیں بناتا ہے۔ یا یوں کہو۔ کہ چیزوں کی نسبت عام خیال قائم کرتا ہے۔ مثلاً کُتا۔ گدھا۔ انسان وغیرہ۔ چنانچہ اسم نکرہ در اصل کسی تصور ہی کو ظاہر کرتا ہے۔ اس قوت کی ترتیب کیلئے مندرجہ ذیل امور ضروری ہیں:- (۱) ایک قسم کی اشیاء کا کافی تعداد میں موجود ہونا۔ (۲) ان چیزوں کا مشاہدہ اور مقابلہ کرنا یعنے فرق اور مشابہت کی باتیں معلوم کرنا (۳) تجرید کا عمل یعنے ذاتی خاصیتوں کا نظرانداز کرنا (۴) تعمیم کا عمل یعنے عام خاصیتوں پر توجہ کرنا۔ اور اُنہیں ذہن میں یکجا جمع کرکے ان سے ایک عام خیال قائم کرنا (۵) اس عام خیال کو مناسب لفظ یا اصلاح سے تعبیر کرنا اور اس کے ذریعے ذہن میں قائم رکھنا۔ تاکہ جب وُہ شے نظر سے غائب ہو۔ تو اس کا عام خیال نام کے ذریعے نفس میں قائم رہے۔ کیونکہ الفاظ در اصل خیالات کے قلعے ہیں۔ اگر الفاظ نہ ہوتے۔ تو ہماری معلومات کا ذخیرہ بُہت ہی محدود ہوتا +

یہ بُہت سی ایک قسم کی چیزوں میں عمومیت کا خیال قائم کرتی ہے لیکن ان عام خیالات کو باہم ملانےسے جو پیچیدگی پیدا ہوتی ہے۔ اسکو خیال میں نہیں لا سکتی خصوصاً بُہت بڑی شے یا تعداد وغیرہ جو کہ حواس کے سامنے کبھی نہ آئی ہو۔ مثلاً قوم۔ صدی۔ کرۂ زمین۔ نظام شمسی۔ لاکھ کروڑ وغیرہ۔ بلکہ اقلیدس کی تعریف کے بموجب سیدھی لکیر کا بھی خیال کرنا محال ہے + (نوٹ:- ویدانت کے گرنتھوں میں "بھاگ تیاگ۔ لکشنا" کے ذریعے برہم کا تصوّر باندھنا اسی قوّت کا کام ہے) +

**(۵) قوّت فیصلہ:-** یہ وُہ ذہنی قوّت ہے۔ جسکے ذریعے نفس مختلف خیالات یا تصوّرات میں مشابہت یا اختلاف ظاہر کرتا ہے

مثلاً برف ٹھنڈی ہے۔ یہ کاغذ سفید نہیں ہے۔ وغیرہ۔ چونکہ اس قوت کے دو بڑے عمل مقابلہ اور انتخاب یعنے رائے قائم کرنا ہیں۔ جو کہ قوت متصورہ میں بھی برتے جاتے ہیں اس لئے قوت متصورہ اور قوت فیصلہ کی ترقی ساتھ ساتھ ہوتی ہے۔ بلکہ ایک کی ترقی دوسری کی ترقی پر منحصر ہے۔ قوت فیصلہ کی تربیت کے واسطے مندرجہ ذیل امور ضروری ہیں:۔ (۱) اوّل الذکر تمام قوا دماغی ترقی یافتہ ہوں۔ اور تصور صاف ہوں تاکہ مقابلہ کرنے پر فیصلہ درست ہو سکے۔ چنانچہ تواریخ میں مختلف بادشاہوں کی خصلتوں اور ان کے عہد کے طرز حکومت کا مختلف واقعات کے ذریعے مقابلہ کر کے نتائج نکالنا اس قوت پر زور ڈالتا ہے (۲) نتائج صحیح اور قابل اعتبار حاصل کرنے کیلئے کافی وقت غور کرنا چاہیئے۔ (۳) ترقی تدریج ہونی چاہئے۔ یعنے پہلے آسان اور بعدہٗ مشکل نتائج پر غور ہونا چاہیئے۔ لکھنا۔ نقشہ کشی۔ بازیچہ اطفال کے مشغلے عبارتی سوالات مختلف قسم کی ورزشیں بچپن میں اس قوت کی تربیت کے لئے مفید ہیں ✢

**(۶) قوت استدلال:۔** اس طاقت کا نام ہے۔ جسکے ذریعے نفس انسانی خاص خاص مثالوں یا واقعات کے مشاہدے سے عام نتائج قائم کرتا ہے۔ یا قائم کردہ عام نتیجوں سے اور خاص نتیجے نکالتا ہے۔ گویا اس کی دو اقسام ہیں (الف) دلیل استقرائی (جسے "انڈکٹو لاجک" کہتے ہیں) جس میں زید مر گیا عمر مر گیا۔ خالد مر گیا وغیرہ مثالوں سے یہ نتیجہ نکالا گیا۔ کہ انسان فانی ہے۔ (ب) دلیل استخراجی (جسے "ڈیڈکٹو لاجک" کہتے ہیں) جس میں پہلے نتیجے کو لے کر یعنے "انسان فانی ہے" (اسکو مقدمہ کبرے قائم کر کے) اسکے ساتھ "چونکہ بکر انسان ہے" (یہ مقدمہ صغرے ہے) ملا کر یہ نتیجہ نکالا "اس لئے بکر فانی ہے" ✢

اس قوت کی تربیت کے لئے صرف دو امور قابل غور ہیں (۱) دلیل استقرائی میں عام نتیجہ قائم کرنے سے پہلے یہ دیکھ لو۔ کہ مثالیں کافی اور صحیح ہیں (۲) دلیل استخراجی میں اس بات کا خیال رکھو۔ کہ مقدمہ کبرے اور صغرے دونو صحیح ہوں۔ اور دوسرا پہلے

میں شامل ہو۔ ریاضی اور سائنس کے مضامین اس کی تربیت کے لئے نہایت مفید ہیں۔ ہر دو قسم کی استدلال کے استعمال سے ہم اپنی واقفیت بڑھا سکتے ہیں۔ چنانچہ طرز استقرائی سے تو نئی صداقتیں حاصل کرتے ہیں۔ اور طرز استخراجی سے ان کی صحت کا اندازہ لگاتے ہیں۔ کوئی قاعدہ نکالنا یا کسی شے کی تعریف کرنا تو دلیل استقرائی کا فعل ہے اور لفظ "کیوں" کا استعمال دلیل استخراجی کی مشق کراتا ہے +

**توجہ:-** قواء عقلیہ کا ذکر کرنے کے ساتھ ہی اس امر کا اظہار بھی ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ جب انسان مذکورہ بالا قوتوں میں سے کسی ایک کو کام میں نہیں لا رہا ہوتا۔ اس وقت اس کی حالت عام آگاہی یعنے سرسری واقفیت کی ہوتی ہے۔ گویا اردگرد کی اشیاء سے وُہ بالکل بے علم نہیں ہوتا۔ بلکہ بباعث بیداری سرسری واقفیت رکھتا ہے۔ یہ حالت اس کی "بے توجہی" کی کہلاتی ہے۔ برخلاف اسکے دوسری حالت اس کی "توجہ" کی ہوتی ہے۔ جبکہ وُہ یکسو ہو کر اپنی کسی خاص قوت کو کسی خاص شے پر لگاتا ہے۔ اس صورت میں ممکن ہے۔ کہ جس وقت اس خاص شے میں محو ہو جائے۔ تو اس کو اردگرد کی اشیاء کا مطلق علم نہ رہے۔ چنانچہ کسی شے کا اصلی علم حاصل کرنے کیلئے اس حالت کا پیدا کرنا لازمی امر ہے۔ کیونکہ اس کے بغیر "علم حقیقی" کا حصول بالکل ناممکن ہے۔ سرسری واقفیت کا دائرہ بہت فراخ اور وسیع ہوتا ہے۔ اس حالت سے نفس جب کسی خاص شئے کی طرف رجوع پذیر ہوتا ہے تو گویا اس وسیع دائرے کو سکیڑ کر ایک مرکز پر لے آتا ہے۔ جسقدر سرسری واقفیت کا دائرہ گھٹتا جاتا ہے۔ اسی قدر واقفیت زیادہ تیز اور گہری ہوتی جاتی ہے۔ حتےٰ کہ جسوقت توجہ کو اس قدر یکسو کیا جاتا ہے۔ کہ محویت کا درجہ آ جائے۔ تو اس وقت اس شے کا بالکل مکمل علم حاصل ہو جاتا ہے۔ گویا آتمک سُورج کی روشنی من کے آتشی شیشے میں سے گزر کر اس جگہ (شے) پر علم کی آگ روشن کر دیتی ہے۔ خواہ وُہ شے عالم کثیف سے ہو (مثلاً کوئی سوال حل کرنا وغیرہ) یا عالم لطیف سے (جیسے کسی کے خیالات کا مطالعہ کرنا۔ یا مسمریزم وغیرہ کے دیگر ظہور) توجہ کے یکسو کرنے پر اپنی

قابلیت کے بموجب علم ہر دو عالم کا یکساں حاصل ہو جاتا ہے۔ چنانچہ یوگیوں میں علم حقیقی کے انکشاف کا انحصار اسی یکسوئی یا محویت پر ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ تمام مذاہب کے رہنما اس عمل کی تلقین کرتے ہیں۔ بقول کبیر صاحب :۔

ﷺ سُرت کھنڈن اکثر کرہی سادھنا جان
سُرت ایکتا ہووے جب پاوے پد نربان

چونکہ توجہ کے بغیر کسی قسم کا بھی علم نہیں ہو سکتا۔ اس لئے اس کی ماہیت اور طریق تربیت کا جاننا بھی نہایت ضروریات سے ہے :۔

**توجہ کی اقسام دو ہیں**

(۱) ارادی :۔ جبکہ من کسی خواہش کی تحریک کی وجہ سے تمام خیالات کو شے یا فعل مطلوبہ پر لگاتا ہے مثلاً لکھنا۔ پڑھنا وغیرہ (۲) بے ارادی :۔ جبکہ بغیر ارادے کے من کسی درونی شے کی تحریک سے خود بخود ادھر مائل ہو جاتا ہے۔ مثلاً کسی آواز کو سُن کر چونک اُٹھنا یا کسی دلکش نظارے کو دیکھکر ادھر مائل ہو جانا وغیرہ۔ یہ حالت چھوٹے بچوں میں عام پائی جاتی ہے کیونکہ ان کی قوت ارادی بہت کمزور ہوتی ہے۔ اس لئے وہ اپنے آپ چنداں توجہ نہیں دے سکتے۔ مثلاً جو بچہ بھینی کی وجہ سے رو رہا ہو۔ اسکے ہاتھ میں کوئی کھلونا یا کھانے کی چیز دیدو جھٹ روتا روتا تھم جائیگا۔ کیونکہ توجہ ادھر مبذول ہو جائیگی۔ علے ہٰذا القیاس۔ یہ غیر ارادی توجہ رفتہ رفتہ تکمیل کو پہنچکر ارادی توجہ کی صورت میں نمایاں ہوتی ہے۔ یا یوں کہو۔ کہ بچہ شروع میں کسی خاص شئے پر بہت تھوڑے عرصے کے لئے توجہ دیسکتا ہے۔ مگر رفتہ رفتہ ترقی کر کے اس کے ارادے میں ایسی تقویت آجاتی ہے کہ پھر گھنٹوں تک لگاتار توجہ دیسکتا ہے۔ گویا توجہ دینا یا نہ دینا اس کے اختیار میں آجاتا ہے۔

**اچھی توجہ کے خواص :۔**

(۱) تیزی یا مضبوطی۔ یعنے توجہ اس زور سے دی جائے کہ من یکسو ہو کر بالکل محو ہو جائے (۲) قیام یا استقلال یعنے دیر تک اور لگاتار توجہ دی جا سکے (۳) سُرعت یا طراری یعنے ایک

بات پر مناسب دیر تک توجہ دینے کے بعد نفس کو اور ضروری باتوں کی طرف رجوع کیا جا سکے۔ بعض اشخاص صرف آخری وصف کے نہ ہونے کی وجہ سے ایک ہی مضمون کے ہو رہتے ہیں۔ اور باقی سب طرف سے محرومیت نصیب ہوتے ہیں۔ اسلئے قوت توجہ کی ہر پہلو سے تربیت کرنی ضروری ہوتی ہے۔ نیز یہ بھی یاد رہے۔ کہ جس قدر توجہ ارادی توجہ غیر ارادی پر غالب آتی جاتی ہے۔ اسی قدر دیگر قوا کی ترقی میں مدد ملتی ہے ❖

**طریق تربیت:۔** (۱) چونکہ یہ قوت باقاعدہ اور لگاتار مشق سے تقویت پکڑتی ہے۔ اس لئے پہلے بیرونی حواس کے دلچسپ مشغلوں میں توجہ لگانے کی باقاعدہ اور لگاتار مشق کرنا۔ (۲) خاص معاملات کے لئے مناسب وقت تجویز کرنا مثلاً کسی مشکل مضمون پر توجہ لگانے کے لئے ایسا وقت بہتر ہوتا ہے۔ جبکہ طبیعت تر و تازہ ہو۔ جیسا کہ صبح جاگنے پر یا تفریح اور کھیل کے بعد۔ (۳) مختلف جذبات کا بھڑکنا بھی توجہ کے قائم کرنے میں مدد دیتا ہے مثلاً اشیاء مطلوبہ کے حصول کا شوق ہمدردی و رشک وغیرہ۔ (۴) بعض خارجی امور توجہ کو اوچاٹ کر دیتے ہیں۔ اس لئے ان کی درستی کرنی بھی قیام توجہ میں مددگار ہوتی ہے مثلاً ہوا۔ روشنی اور حرارت کا معقول انتظام ہونا چاہئے جسمانی صحت کا ہونا لازمی امر ہے۔ علاوہ ازیں آس پاس کہیں شور و غل نہ ہو وغیرہ۔ غرض توجہ کی تربیت کے چار درجے ہوتے ہیں (۱) جبکہ توجہ بالکل غیر ارادی ہوتی ہے۔ اس صورت میں بار بار حواس پر زور ڈالنا لازمی ہوتا ہے (۲) توجہ کا باعث کسی بیرونی وجہ کے قائم نہ رہ سکنا جس کا مناسب تدارک کرنا ہوتا ہے (۳) توجہ کا باطنی کمزوری کی وجہ سے قائم نہ رہ سکنا۔ ایسی صورت میں جذبات مذکورہ بڑھانے ضروری ہوتے ہیں۔ نیز خاص کام کے لئے خاص وقت معین کرنا بھی اس صورت میں مدد دیتا ہے ہر کام میں توجہ کے اِدھر اُدھر جانے پر پھر اصلی کام میں لگانے کی مشق کرنا اس نقص کا خاص علاج ہے (۴) توجہ کا کمال اس وقت ہوتا ہے جبکہ علم کی خواہش اور

اور فرض کا خیال پیدا ہو جاتا ہے +

**گیان یوگ اور راج یوگ :-** آرش گرنتھوں میں "گیان یوگ" سے مراد قوادِ عقلیہ کی تربیت اور "راج یوگ" سے مراد توجہ کی تربیت سے ہے۔ مگر گیان یوگ کا کمال اگر تمام علوم کو رشتۂ وحدت میں پرونے یا ہم آہنگ کرنیسے ظاہر ہوتا ہے۔ تو راج یوگ کا کمال تمام مانسک (چیت و بدھی کی) شکتیوں پر قابو پانے سے نظر آتا ہے +

**"ب" تاثر :-** یہ چیت کی وہ طاقت ہے جس کے ذریعے رنج و راحت رغبت و نفرت وغیرہ کیفیتیں اس پر طاری ہوتی ہیں۔

دراصل یہ حالت تعلّم کا نتیجہ ہوتی ہے۔ گو مختلف اشیاء کے علم سے مختلف قسم کے تاثرات پیدا ہوتے ہیں مثلاً خوف۔ غصہ۔ رحم۔ جوش۔ ہمدردی۔ خوشی وغیرہ۔ لیکن مجموعی طور پر تمام تاثرات دو صورتوں میں ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ راحت بخش یا رنجدہ۔ چنانچہ کسی عضو یا قوت کو اعتدال اور میانہ روی کیساتھ استعمال کرنیسے رحمت بخش تاثرات پیدا ہوتے ہیں۔ اور رنجدہ تاثرات کے اسباب مندرجہ ذیل ہیں :-
(۱) کسی عضو یا قوت کا حد سے زیادہ استعمال (۲) کسی عضو یا قوت کو استعمال کرنیکی ناقابلیت (۳) کسی عضو یا قوت کے مناسب استعمال میں روکاوٹوں کا حائل ہونا +

جس طرح تربیت عقلی سے مراد قوادِ عقلیہ کو باقاعدہ کام لینے کے لائق بنانا ہے۔ ویسے ہی تربیت اخلاق سے مراد ایسی تعلیم سے ہے۔ کہ انسان راحت بخش تاثرات کو ٹھیک افعال سے منسوب کر سکے۔ تاکہ دلمیں نیک افعال کرنیکی خواہش پیدا ہو۔ اور ایسے اعمال کرنے سے نیک عادات بنیں جن سے نیک خصلت ظہور پذیر ہو۔ بقولیکہ :-

اگر بوتے ہو تم اِک فعل۔ تو کاٹو گے تم اِک عادت
اگر بوتے ہو اِک عادت تو کاٹو گے تم اِک خصلت

## تاثرات کی اقسام دو ہیں:

(۱) تحسسات یعنے وُہ راحت بخش یا رنجدہ حالتیں جو کہ بیرونی اشیاء کے اثر سے پیدا ہوتی ہیں۔ (۲) جذبات یعنے وُہ راحت بخش یا رنجدہ حالتیں جو کہ خیالات اور تصورات سے پیدا ہوتی ہیں۔ مثلاً خوف۔ غصّہ۔ حسد وغیرہ۔ تربیت اخلاق میں خصوصاً جذبات کی تربیت کی جاتی ہے +

## جذبات کی اقسام تین ہیں:

(۱) ذاتی تاثرات: ان کا اظہار زیادہ تر اوائل عمر میں ہوتا ہے۔ اور یہ بچے کی ذاتی حفاظت اور اُس کے نشو و نما پانے کی غرض سے قدرت کی طرف سے ظہور میں آتے ہیں۔ مثلاً رغبت و نفرت۔ خوف و غصّہ۔ رشک و تعریف وغیرہ۔ گو ان کا اثر تیز اور زور شور سے ہوتا ہے لیکن صرف عارضی طور پر رہتا ہے۔ چنانچہ روتے ہوئے بچے کو کوئی خوبصورت شے دکھا کر جھٹ اسکی توجہ کو بدل سکتے ہیں +

(۲) مدنی تاثرات: ذاتی تاثرات کے بعد ان کا درجہ ہے جن کا اثر اوروں پر پڑتا ہے۔ چونکہ انسان فطرتاً مدنی الطبع ہے۔ گویا اسکی طبیعت میں مِل جُل کر رہنے کا مادہ ہے۔ اسلئے جب بچے کی عقل و فہم کسی قدر ترقی کر جاتی ہے۔ تو وُہ خود غرضی کے دائرے سے نکل کر اپنے حقوق اور حاجات کے علاوہ اوروں کے حقوق اور حاجات کو بھی محسوس کرنے لگتا ہے۔ اور "ع ہر چہ بر خود نہ پسندی بدیگراں مپسند" کے قول پر عمل کرنا سیکھتا ہے۔ گویا ہر قسم کے متعلقین کے حقوق کو محسوس کرنے لگتا ہے۔ بزرگوں کی عزت و تعظیم۔ ہمعصروں سے محبت و پیار۔ چھوٹوں پر لطف و کرم اور عوام الناس سے ہمدردی کے اوصاف پیدا ہو جاتے ہیں۔ گویا جسمانی اور عقلی تربیت کے ساتھ ساتھ مدنی تاثرات بھی اس میں پختہ ہوتے جاتے ہیں +

(۳) عکسی تاثرات: یہ مدنی تاثرات سے بھی اعلیٰ درجہ رکھتے ہیں۔ نیز بہت پیچیدہ ہوتے ہیں۔ اور غور و خوض کرنیسے نشو و نما پاتے ہیں۔ انکی تین قسمیں ہیں:-

(۱) "عقلی تاثرات" یعنے اصلی واقعات کو دریافت کرنے یا صحیح علم حاصل کرنے

کا شوق - گویا ذاتی اور مدنی تاثرات سے اعلےٰ درجہ کے تاثرات جن میں عقل کو زیادہ تر دخل ہوتا ہے - اور عالم اشخاص میں واضح تر پائے جاتے ہیں - ان میں ادنےٰ درجہ کے تاثرات (غصہ عشق - خوف رشک وغیرہ) کی طرح تیزی اور زور نہیں ہوتا لیکن ان کا اثر زیادہ دیرپا ہوتا ہے - انہی پر عقلی تربیت کا دارومدار ہوتا ہے گو عقلی تاثرات بعض خارجی امور سے بھی تقویت پاتے ہیں مثلاً شہرت و امتیاز کی آرزو - کامیابی کا شوق وغیرہ لیکن اعلےٰ درجہ کے عقلی تاثرات میں انسان علم کو محض علم کی خاطر حاصل کرتا ہے - عقلی تاثرات کی تربیت کا یہی درجہ اعلےٰ ترین معراج ہے - اور اسی کی شان میں کہا گیا ہے ع قدر ایں بادہ ندانی بخدا تا نہ چشی +

"ب" - مذاقی تاثرات یعنے خوشنما اور خوبصورت اشیاء کے سراہنے کا شوق - یہ بھی عقلی تاثرات کی طرح اعلےٰ درجہ کے تاثرات ہیں - ان میں حواس باصرہ اور سامعہ قوائے مشاہدہ متخیلہ اور فیصلہ سے زیادہ کام پڑتا ہے - اوائل عمر میں بچہ خوشنما اور بھڑک دار اشیاء کو دیکھکر اور اپنی پیاری ماں کے میٹھے میٹھے گیت سُن کر حظ اُٹھاتا ہے لیکن رفتہ رفتہ جب اس کی قوت مشاہدہ ترقی پاتی ہے - اور چیزوں کو دیکھ بھال کر ان کی خاصیتوں کا مقابلہ کرنے لگتا ہے - تو اس کا مذاق بھی بڑھنے لگتا ہے - اور اس وقت اس کی طبیعت چیزوں کے اعلےٰ خواص کی طرف رجوع کرتی ہے اور ان کے مجموعی اثر سے محظوظ ہوتی ہے - یعنے اشیاء عالم میں تناسب اجزا و اعضاء کی خاصیت معلوم کر کے مختلف رنگوں کو مشابہت یا تضاد کے اصول پر ملانے سے جو مجموعی اثر پیدا ہوتا ہے - نیز آواز کے مختلف لہجوں اور راگ کے مختلف سروں کو سمجھ کر ان سے حظ اُٹھاتا ہے چمن سے عشق رکھنا انسانی طبع کا خاصہ ہے - عقلی تربیت کے ساتھ ساتھ جسقدر مذاقی تاثرات ترقی پاتے ہیں - اسی قدر انسان کی خوشیوں میں پاکیزگی اور نفاست آجاتی ہے - مذاق اعلےٰ درجے کی ترقی کر جاتا ہے تو انسان صانع قدرت کی ہر شے میں حُسن معلوم کرنے لگتا ہے - شکسپیئر کا کلام ہے کہ شاعر کا اعلےٰ مذاق - اس کی نفیس اور پاکیزہ طبیعت - اس کی بلند پرواز روح صانع

قدرت کی ہر شے کے حُسن کا حظ اُٹھاتی ہے۔ جنگل کے درخت اس سے ہمکلام ہوتے ہیں۔ پتھر اس کو وعظ کرتے ہیں۔ بہتے ہوئے چشمے اس کے مطالعہ کے لئے قادر مطلق کی دانائی کے دفتر ہیں۔ غرض کوئی شے بھی اسے حُسن سے خالی نہیں دکھائی دیتی:۔ سے

در دیوار درپن بھئے جت دیکھوں تت توہ
کنکر پاتھر ٹھیکری بھئے آرسی موہ

"ج"۔ اخلاقی تاثرات:۔ بچہ ابتدا میں اچھے بُرے کاموں میں تمیز نہیں کر سکتا۔ وُہ اپنے والدین خصوصاً مادر مہربان کی اطاعت اور ضبط میں رہکر اچھے اخلاق سیکھتا ہے۔ چونکہ اس کی طبیعت میں تقلید اور تربیت پذیر ہونے کا مادہ ہوتا ہے۔ اس لئے جن کاموں سے والدین ناخوش ہوتے ہیں۔ وُہ بھی انہیں بُرا سمجھتا ہے۔ اور جن سے وُہ خوش ہوتے ہیں۔ وُہ بھی انہیں اچھا سمجھکر کرنے لگتا ہے۔ رفتہ رفتہ تکرار یعنے بار بار کرنے کی وجہ سے وُہ خاص اچھے کاموں کا عادی ہو جاتا ہے لیکن وُہ ان کی نیکی یا بدی کی وجہ کو نہیں سمجھتا۔ اس قسم کی لیاقت اسکی عقلی تربیت لوگوں سے میل جول اور تجربہ کے ذریعے تقویت پکڑتی ہے۔ یعنے وُہ سمجھتا ہے۔ کہ اور لوگوں کا مجھ سے نیک سلوک کرنا اسی شرط پر مبنی ہے کہ میں بھی ان سے ویسا ہی سلوک کروں۔ یہ خیال اسکے ابتدائی اخلاقی تاثرات میں ایک نئی روح ڈال دیتا ہے۔ تعلیم دیانت داری اور راستی وغیرہ الفاظ کے معنے عملی طور پر سمجھنے لگتا ہے مگر دراصل تاحال بھی وُہ نیک کاموں کے کرنے اور بُرے افعال سے بچنے میں ایک طرح اپنا ذاتی فائدہ مد نظر رکھتا ہے۔ اور نیک و بد افعال کی اصلی ماہیت کو نہیں سمجھتا۔ گویا وُہ کسی نیک کام کو اس خیال سے نہیں کرتا۔ کہ وُہ کام بذات خود اچھا ہے۔ بلکہ اس خیال سے کہ ایسا نہ کرنا مُلک یا سوسائٹی کے قوانین کے خلاف ہے۔ اس سے ترقی کر کے انسان اخلاق کے اعلےٰ معراج پر پہنچتا ہے۔ اخلاقی عقل کے کامل ترقی کر جانے اور قوت ارادی میں استحکام اور زور آنے کی وجہ سے وُہ

اپنی ضمیر کی ہدایات پر چلنا سیکھتا ہے۔ اسکی محبت اور ہمدردی کا دائرہ بہت وسیع ہوجاتا ہے۔ اور وہ ہر قسم کے تعصب اور تنگ خیالات سے بالکل بری ہوجاتا ہے۔ اپنے فرض کو تعظیم کی نگاہ سے دیکھتا ہے۔ اور اس کے ادا کرنے میں اسے ایسی باطنی خوشی حاصل ہوتی ہے۔ جو کہ دنیا کی ہر شے سے بڑھکر ہے یہی اخلاقی تربیت کا اعلےٰ معراج ہے ✦

## تاثرات کی تربیت کے فوائد:-

(۱) چونکہ ہماری کل خوشیاں اور تکلیفیں تاثرات کی ہی مختلف حالتیں ہوتی ہیں۔ اور دنیا کی اشیاء میں اسی قدر حظ آتا ہے جسقدر وہ ہماری خوشی کے تاثرات کو جگاتی ہیں۔ اس لئے دائمی خوشی تب ہی حاصل ہو سکتی ہے جبکہ تاثرات کی مناسب تربیت کی جائے (۲) انسان فطرتی طور پر خود غرض ہوتا ہے۔ اور اپنی طبیعت پر قابو نہیں رکھتا میلان طبع کے بموجب ہی کام کرنے میں راحت محسوس کرتا ہے۔ خواہ اس کا نتیجہ کتنی ہی تکلیف کیوں نہ پہنچائے۔ اس لئے تاثرات کو راہ راست پر لانے کی غرض سے یعنے مفید نتیجے والے کام کرنے میں احساس راحت ملنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ ان کی باقاعدہ تربیت کی جائے (۳) چونکہ خصائل کا انحصار محرکات پر ہے۔ اور تاثرات ہی زور میں آکر محرکات کا کام دیتے ہیں۔ اسلئے ان کی تربیت سے ہی انسان نیک خصلت بن سکتا ہے ✦ (۴) چونکہ ضبط قلبی کا انحصار تاثرات پر ہے۔ اور بے ضبطی کے نتائج سخت مضر ہوتے ہیں۔ اسلئے ان مضر نتائج سے محفوظ رہنے یعنے ضبط قلبی حاصل کرنے کا بھی یہی بہترین سادھن ہے ✦

## تاثرات کی تربیت کا طریق:-

(۱) والدین کا اولاد کے لئے فرض ہے کہ نیک افعال سے ان کی خوشی اور بد افعال سے رنج کا تعلق پیدا کریں مثلاً نیک کام پر شاباش یا انعام دیکر اور برے کام پر ناراض ہو کر یا سزا دیکر۔ کیونکہ اس طرح پر اچھے کاموں کی طرف رجوع کرنے اور برے کاموں سے بچنے میں نیک تاثرات کو تقویت ہوگی۔ اور برے تاثرات رفتہ رفتہ

کمزور ہو کر زائل ہو جائینگے +

(۲) خوشی کے تاثرات بچوں کے دل پر حاوی کرنے چاہئیں۔ مثلاً کام بچوں کی عمر اور استعداد کے لائق دیا جاوے جس میں ان کا دل لگے۔ اور وہ شوق سے کریں علاوہ ازیں اگر کوئی نیا کام (تجربہ) کرنا ہو۔ یا کوئی اخلاقی تماشا دیکھنے کا موقعہ ہو تو ان کو اپنے ہمراہ شامل کر لینا چاہئے۔ نیز کسی مشکل کے حل کرنے سے جو خوشی حاصل ہوتی ہے۔ بچوں کو اس کا تصور دلانا چاہئے۔ تاکہ ساتھ ہی ساتھ عقلی تاثرات کو بھی تقویت ہو +

(۳) والدین کو بذاتِ خود عمدہ مثال بننا چاہئے۔ ان کے اطوار عمدہ ہوں۔ زندہ دل اور شگفتہ طبع ہوں۔ اولاد سے اخلاق اور محبت سے پیش آئیں۔ اخلاقی قصّے کہانیاں سُنا کر ان کی قوتِ متخیلہ کو جگائیں جن میں سچی محبت۔ ملکی ہمدردی۔ بہادری اور اطاعت کا اظہار ہو۔ یہ باتیں مدنی تاثرات کی تربیت میں مفید ہوتی ہیں +

(۴) مذاقی تاثرات کی تربیت کے لئے مکان کو صاف ستھرا رکھنا۔ سامان کو باترتیب اور قرینے سے رکھنا۔ اپنا اور اُن کا لباس صاف ستھرا رکھنا۔ مکان کے ارد گرد بیل بوٹے یا گملے لگانا۔ قدرتی نظاروں مثلاً پہاڑ یا سمندر وغیرہ کی سیر۔ اعلےٰ نتائج پیدا کرتے ہیں۔ علاوہ ازیں نقاشی۔ مصوری اور راگ ودیا کا سکھانا بھی مفید مطلب ثابت ہوتے ہیں +

چونکہ جیسے تاثرات پیدا کئے جائیں۔ ان کے بموجب کام کا موقع نہ دینے سے وُہ کمزور ہو کر زائل ہو جاتے ہیں۔ اس لئے بچوں کو ہنسنے اور کھیلنے کُودنے میں بیجا اعتراض کرنا گویا ان کی بیخکنی کرنا ہے +

**بھگتی یوگ:** آرش گرنتھوں میں "بھگتی یوگ" سے مراد تاثرات کی ہی تربیت سے ہے اور اس کا کمال اس وقت سمجھا جاتا ہے۔ جبکہ گلشن کائنات کے ہر برگ و بار میں حُسن حقیقی کا جلوہ نظر آئے۔ اور پریم کا چشمہ اس زور سے بہ نکلے۔ کہ غیریت کا نام و نشان تک مٹ جائے۔ بقول یکہ

چنبے میں جیتر بھیج موتئے میں موہن لال کیشواں میں کیشو اور گیندے گردھاری ہے
گلاب میں گوپال لال سوسنی میں سیام بھال سیوتی میں سیتا پت مروے مراری ہے
نرگس میں نارائن داؤدی میں کیوڑے میں کرشن روپ سیام تن دھاری ہے
انت پھول پھولوں میں پھولیو انت رام پھول پھول پات پات بلسنا تمہاری ہے

**خواہشات وغیرہ:۔** اوپر بیان کیا جاچکا ہے۔ کہ انسان کی خصلت یعنے چال چلن کا بننا تاثرات کی ہی تربیت پر منحصر ہے لیکن چونکہ پیشتر اس کے کہ انسان کا چال چلن پختہ ہو۔ اس کے من کو خواہشات۔ محرکات عادات اور خصلت وغیرہ مختلف حالات میں سے گزرنا پڑتا ہے۔ اس لئے مختصر طور پر ان کا ذکر کرنا بھی بیجا نہ ہوگا:۔

**خواہش:۔** وہ اندھی تحریک یا کیفیت نفسانی ہے۔ جو کہ بیرونی یا خیالی تاثرات سے پیدا ہو کر انسان کو افعال کے اقدام کرنے کے لئے اشتعال دیتی ہے مثلاً مرغوب الطبع شے کے اثر سے اس کے حصول کی تحریک یا خلاف خاطر امور سے دور رہنے کی خواہش۔ چونکہ بعض خواہشات ایسی ہوتی ہیں جن کے بموجب عمل کرنے سے مضر نتائج کا احتمال ہوتا ہے علاوہ ازیں بعض اوقات ایک ہی وقت میں مختلف کام کرنے کی خواہشات پیدا ہوتی ہیں۔ اسلئے ضروری نہیں۔ کہ تمام کی تمام خواہشیں پوری کی جائیں۔ بلکہ دیگر قوائے عقلیہ کے ذریعے سوچکر چیت بعض خواہشات کو پورا کرنے کیلئے منتخب کر لیتا ہے۔ اور ان چیدہ خواہشوں کو محرکات بولتے ہیں:۔

**محرکات:۔** خواہشات چونکہ تحسسات اور جذبات دونو طرح پر پیدا ہو سکتی ہیں۔ اسلئے ان کی تربیت تو عام طور پر محال ہے لیکن ارادے کی کوشش سے ان اشیاء سے پرہیز کر سکتے ہیں جن سے خراب خواہشیں پیدا کرنے والے تاثرات ظہور پذیر ہوں۔ علاوہ ازیں جن خواہشات کو نفس پورا کرنے کیلئے منتخب کرتا ہے۔ یعنے محرکات میں سے مندرجہ ذیل اولاد میں پیدا کرنا والدین کا فرض ہے۔ جو کہ محنتی اور نیک چلن بننے کی طرف راغب کرتے ہیں:۔ (۱) کچھ نہ کچھ کرتے رہنے

کا طبعی میلان۔ (۲) علم کا پیار۔ (۳) اعلےٰ امثال کی تقلید (۴) سوسائٹی کی رائے کا خیال (۵) ترقی کرنے کا شوق یا رشک (۶) نیک نامی یا انعام کی ہوس (۷) بدنامی یا سزا کا خوف وغیرہ +

**عادت:۔** کسی کام (جسمانی یا دماغی) کے بار بار کرنے سے جو اس میں آسانی معلوم ہونے لگتی ہے۔ یعنے کوشش اور غور و فکر کے بغیر ہی اس کام کو سر انجام دینے کی قابلیت حاصل ہو جاتی ہے۔ اور جب کبھی اس کام کے کرنے کا موقع ملتا ہے تو اسے سرانجام دینے کا طبیعت میں بڑا میلان پایا جاتا ہے۔ وہ میلان طبع عادت کے نام سے موسوم ہوتا ہے۔ عام طور پر انسان جو کچھ کرتا یا سوچتا ہے۔ وہ زیادہ تر اس کی عادات پر ہی منحصر ہوتا ہے۔ عادت بننے کا قدرتی فائدہ یہ ہے۔ کہ گو پہلے پہل کسی کام کرنے میں غور اور کوشش کی وجہ سے تکلیف سی ہوتی ہے لیکن جب عادت ہو جاتی ہے۔ تو توجہ اور ارادے کی قوت کم خرچ ہوتی ہے۔ اور وہ عصبی طاقت دیگر ضروری امور میں کام لائی جا سکتی ہے۔ جس قدر قوائے بدنی عقلی اور اخلاقی سے بار بار کام لیا جاتا ہے۔ اتنی ہی عادت پختہ ہوتی جاتی ہے۔ چونکہ عادات سے ہی خصلت قائم ہوتی ہے۔ اسلئے نیک عادات کا قائم ہونا انسان کے لئے نہایت مفید ہوتا ہے۔ مگر یاد رہے۔ کہ عادات کے قائم کرنے میں بھی اعتدال سے کام لینا چاہئے۔ ورنہ انہی کی غلامی اختیار کرنی پڑیگی۔ اور طبیعت سخت ہو جائیگی۔ اسی لئے کسی نے کہا ہے :۔ ؎

گر رہبر تست عادت خویش      مردود و منافقی نہ درویش

عادت قائم کرانیکے لئے ضروری امور یہ ہیں:۔ (۱) خوف یا انعام وغیرہ کی صورت میں کافی محرک کا ہونا۔ (۲) تکرار۔ (۳) عرصہ دراز تک اس کام کو بغیر کسی خلل کے متواتر کیا جائے۔ کیونکہ تھوڑی سی بے احتیاطی سے بھی عادت خراب ہونے کا احتمال ہوتا ہے +

**نیک عادات کی دو قسمیں ہیں:۔** (۱) عقلی عادات مثلاً تحقیق و تصدیق کرنا مشاہدہ کرنا لگاتار سوچنا۔

ان کا انحصار عقلی تربیت پر ہوتا ہے۔ (۲) اخلاقی عادات مثلاً محنت صفائی۔ راستی نیک اطواری فرمانبرداری۔ دیانتداری۔ ذاتی لحاظ خلق۔ عدل۔ مہربانی وغیرہ۔ چونکہ جھوٹ بولنے کے محرکات عام طور پر بزدلی۔ خودغرضی۔ خودپسندی یا نخوت اور حسد و عداوت ہوتے ہیں۔ اسلئے ان کی تصحیح کے واسطے خود مثال بن کر دکھلانا۔ باعث کو رفع کرنا یا سزا دینا ضروری ہوتا ہے +

**خصلت:۔** اس کا اظہار فعل میں ہونے پر چال چلن کہا جاتا ہے۔ اسکی تربیت کے مندرجہ ذیل طریق ہیں:۔ (۱) چونکہ اس کا انحصار عادات پر ہوتا ہے۔ اسلئے بچپن سے نیکی کی عادات ڈلوانی چاہئیں (۲) جو صفتیں اولاد میں پیدا کرنی چاہتے ہو۔ وہ خود اپنے میں پیدا کرو (۳) ہمیشہ اولاد سے مہربانی اور شفقت سے پیش آؤ۔ لیکن جس طرح "قدرت" غلطی کیساتھ سزا وابستہ رکھتی ہے۔ ویسے ہی آپ کو بلا رو رعایت اور تلوّن مزاجی کے ان سے سلوک کرنا چاہیے (۴) اعلےٰ درجہ کی اخلاقی تربیت کرنے کے لئے اخلاقی قصے۔ بزرگوں کے کارنامے اور سوانحمریاں و تاریخ کا سُننا نہایت مفید ہوتا ہے۔ کیونکہ جو تجربہ خود انسان مدتوں میں حاصل کرتا ہے اس سے بدرجہا زیادہ یعنے لاکھوں برس کے عملی نتائج سے بذریعہ تاریخ کے بہت تھوڑے عرصہ میں واقفیت حاصل کر لیتا ہے +

**ج۔ ارادت:** تعلّم اور تاثر کے بعد نفس کا تیسرا عمل اس قوت کے ذریعے ظہور پذیر ہوتا ہے جس کو قوت "ارادی" کہتے ہیں۔ اسکے ذریعے نفس مختلف خواہشات میں سے ایک خاص خواہش (محرّک) کو منتخب کرتا ہے جس کو وہ پورا کرنا چاہتا ہے۔ اور تمام قوائے ذہنی اور جسمانی پر غلبہ پاکر ان کا ہادی بنتا ہے۔ تاکہ مقصد مطلوبہ حاصل ہو جائے۔ چنانچہ اس غرض سے اس قوت سے کام لینے میں انسان کو تعلّم و تاثر دونو سے کام لینا پڑتا ہے۔ گویا اس کو سوچنا پڑتا ہے کہ کونسی خواہش کو اعمال کا محرّک بنایا جاوے۔ مثلاً فرض کرو۔ میرے دل میں تین خواہشیں پیدا ہوتی ہیں:۔ (۱) کسی دوست کی بیمار پرسی کو جانا۔ (۲) ایک جلسے میں

شریک ہونا۔ (۳) گھر بیٹھکر چند ضروری خطوط لکھنا۔ لیکن وقت صرف ایک کام کرنے کے لئے کافی ہو سکتا ہے۔ پہلی خواہش ہمدردی کی وجہ سے ہے۔ دوسری کی وجہ اخلاقی تفریح ہے۔ اور تیسری کا موجب ایک ضروری کام کا انجام دینا۔ اب نفس ہر سہ وجوہات پر اپنے قوا تعلّم اور تاثر کی تربیت کے بموجب خوب غور و خوض کرتا ہے۔ جس کام کو یہ قوتیں ترجیح دیتی ہیں۔ قوت ارادی اسی کو سب سے ضروری ہونے کا فیصلہ دیتی ہے۔ اور وہی خواہش عمل میں آنے کے لئے تحریک بنتی ہے۔ گویا در اصل تعلّم اور تاثر کا نتیجہ ہی ارادت کی صورت میں ظہور پذیر ہوتا ہے جس طرح تعلّم کی تربیت سے مراد قوا عقلی کے سدھانے سے ہے۔ اور تاثرات کی تربیت اخلاقی نشو و نما کا موجب ہوتی ہے۔ ویسے ہی قوت ارادت کی تربیت سے قوت مقناطیسی زور پکڑتی ہے۔ جس کی بدولت کامیابی کے راستے میں خواہ پہاڑ جیسی مشکلات کیوں نہ حائل ہوں طلسمی کارخانے کی طرح یک لخت نابود ہو جاتی ہیں۔ اگرچہ ابتدائی مدارج میں ارادت قوا عقلی کی تو مادی ہوتی ہے۔ لیکن تاثرات پر اس کا پورا قابو نہیں ہوتا۔ مگر تربیت کئے جانے سے اسمیں ایسی طاقت آجاتی ہے۔ کہ خواہ کسی قسم کے حالات اثر انداز ہوں۔ اندرونی بشاشت میں خلل انداز نہیں ہو سکتے۔ اور یہی اس کا معراج اعلےٰ ہے۔

**جملہ معترضہ** عام طور پر لوگ "چت" کی ان تینوں طاقتوں کے کمال کو ہی "آتم درشن" سمجھکر دھوکے میں آجاتے ہیں۔ یعنے بعض شخص تو قوا عقلی کے تربیت یافتہ شخص کو ہی روحانی رہبر (گورو) سمجھ بیٹھتے ہیں۔ گویا جسکے بالمقابل دلیل دینے میں عاجز ہوئے۔ اسی کو صاحب اعجاز سمجھ لیا۔ اور بعض صاحب ایسے ہیں۔ جو کہ عقلی تربیت کو تو چنداں وقعت نہیں دیتے۔ لیکن جو شخص اخلاق میں کامل ہو۔ اس کو بغیر کسی شک کے ولی اللہ قرار دیدیتے ہیں۔ گویا اخلاقی پتلا ہونا ہی ان کی نگاہ میں فطرت انسانی سے اعلےٰ درجہ حاصل کرنا ہے۔ باقی تقریباً تمام ہی نیم تعلیمیافتہ ایسے معلوم ہوتے ہیں۔ جو کہ اگرچہ ان اوصاف کو تو نظر انداز کر جاتے ہیں لیکن

جونہیں کسی میں کوئی قوت ارادی کا ظہور یا سدھی وغیرہ کی جھلک نظر آئی۔ اس کے معتقد ہونے میں ذرا دیر نہیں۔ گویا وُہ تو ساکشات خدا کا ہی نُور ہیں۔ حالانکہ درحقیقت ان تینوں میں سے روحانیت کسی ایک میں بھی نہیں۔ کیونکہ جسطرح کوئی شخص جسمانی اعضار کی تربیت کر کے "سرکس" کے تماشے میں خاص قسم کے کرتب دکھانے پر قادر ہوتا ہے۔ ویسے ہی مذکورہ بالا ہر سہ قسم کے اصحاب بھی صرف من کی طاقتوں کی ہی باقاعدہ تربیت کرنیکی وجہ سے مختلف قسم کے معجزات دکھانے کی طاقت رکھتے ہیں۔ ورنہ روحانیت تو صرف کثرت میں وحدت کا انبھو کرنا ہے۔ جو کہ ان تینوں قوا میں سے کسی ایک سے بھی مخصوص نہیں۔ کیونکہ ان کی جزوی حیثیت ہی ان کے کُل سے علیحدہ ہونے پر دلالت کرتی ہے۔ ہاں البتہ تینوں ملکر اظہار روحانیت میں مددگار ہوتی ہیں۔ یعنے عقل اپنے کمال سے کثرت کے نظاروں میں وحدت کے ثبوت پیش کرتی ہے (جیسا کہ سائنس کی ترقی سے ظاہر ہے) اور اخلاقی کمال عملی طور پر کائینات کو وحدت ذاتی سمجھکر ہمدردی کی صورت میں موہوم جسمانی خودی کو قربان کر دیتا ہے۔ اور ارادت کی پختگی لافانی روحانی طاقتوں کا عارضی جسم میں نقشہ دکھاتی ہے +

## قوت ارادت کی دو قسمیں ہیں:۔

(۱) متلوّن ارادہ تو وُہ ہے۔ جو کہ صرف بیرونی تاثرات کی تحریک سے ہی قوا ذہنی اور جسمانی کو آمادۂ کار کر دے۔ مگر درحقیقت اپنے مدعا سے غافل ہو۔ بالفاظ دیگر جسکے کاروبار میں "قوت ارادی" کو دخل ہی نہ ہو۔ صرف عکسی (رفلیکس) طور پر تمام کام انجام پائیں۔ مثلاً ابھی کسی سے عاقبت کا ذکر سنا۔ تو اسی کے لئے جہاد پر تیار ہیں لیکن اُٹھتے ہی کسی قسم کی لذت نفسانی کا نظارہ سامنے آگیا۔ تو بس اسی کے حصول کی جد و جہد میں مصروف ہو گئے۔ غرض یہ کہ بچوں کی طرح جونہی کوئی دلکش شے نظر آئی اسی کے پیچھے لگ گئے۔ لیکن جب راستے میں کچھ دھن کا نقصان سوجھا۔ یا جسمانی تکلیف پیش آئی۔ تو ایسے کام سے "لاحول" کا کلمہ پڑھنے لگے۔ علاوہ دُنیاوی راحتوں اور کلفتوں کے جو کہ حصول مقصد میں سدِ راہ ہوتی ہیں۔ ایسے ارادے والے اشخاص

کا ایک وصف یہ بھی ہوتا ہے۔ کہ بات بات پر دنیا کی طرف دیکھتے ہیں۔ کہ وُہ ہماری نسبت کیا رائے رکھتی ہے؟ گویا اپنی ضمیر بالکل بیچ کر کھا چکے ہیں۔ عوام کی رائے پر "فٹ بال" کی طرح جدھر سے چوٹ کھائی جھٹ دوسرا راستہ اختیار کر لیا ایسے اشخاص سے کسی قسم کی کامیابی کی امید رکھنا امر موہوم ہے *

(۲) مستقل ارادے سے مراد ایسی حالت سے ہے۔ کہ ایک دفعہ غور و فکر کر کے جس کام کو بہتر سمجھ لیا۔ اس کے کرنے میں نفع نقصان۔ دُکھ سُکھ اور نیکنامی و بدنامی کے خیالات سے خواہ کتنی ہی مشکلات پیش آئیں۔ ان سب کی طرف سے لاپرواہ ہو کر مقصد مطلوبہ کیلئے کوشش برابر جاری رہے "جان جائے پر آن نہ جائے" والا معاملہ ہو۔ ایک دو تو درکنار بیسیوں دفعہ کی شکست حصول مدعا میں ساعی ہونے سے باز نہ رکھ سکے۔ دنیاوی راحتیں اور خوف و خطرے جس کیلئے لب سڑک کے گل دخار سے بڑھکر سدِ راہ نہ ہو سکیں۔ دنیا خواہ کچھ کہتی رہے لیکن وُہ اپنے سیدھے راستے (شریہ مارگ) پر مستانوں کی طرح برابر سفر جاری رکھے بقولیکہ :- ؎ آیا ہُوں تیرے در پہ تو کچھ کر کے جاؤنگا

یا وصل ہو ہی جائیگا یا مر کے جاؤں گا

دراصل کامیابی ایسے ارادے والوں کا ہی حصہ ہے۔ ورنہ راحت کی خواہش اور آزادی کی ہوس کس بشر کے دل میں نہیں؟ آدمی تو درکنار حیوان تک بھی اپنے گلے سے پھندا چھڑانے کا ہر وقت خواہاں رہتا ہے۔ مگر مُکتی یا آزادی حاصل کرنے میں صرف وہی شخص کامیاب ہو سکتے ہیں۔ جو کہ مستقل ارادے سے کام لیتے ہیں۔ زندگی تو درکنار مرنیکے بعد بھی کامیابی کی امید ہاتھ سے نہیں دیتے۔ بمصداق :- ؎

پس از مردن بنائے جائینگے ساغر مری گِل کے

لب جاناں کے بوسے خوب لینگے خاک میں مِل کے

یہی ارادہ ہے جو کہ روئے زمین پر سب سے بڑی طاقت ہے۔ قسمت کا اچھا یا بُرا ہونا درحقیقت ارادے کی ہی دونو حالتوں پر موقوف ہے مستقل ارادہ کر نیسے پہاڑ اُٹھانا

بھی بائیں ہاتھ کا کرتب یعنے مشکل کام بھی آسان ہو جاتا ہے۔ ایک بادشاہ کی نسبت روائت ہے۔ کہ کئی دفعہ کی شکست کھانے کے بعد ایک چیونٹی سے مستقل ارادے کا سبق سیکھ کر کامیابی حاصل کی +

بغور دیکھا جائے۔ تو یہ مستقل ارادہ ہی دراصل اندرونی حرکت یا زندگی کا اعلےٰ نشان ہے۔ کیونکہ اسی کی بدولت مادی جسم میں روح کی ہستی کا گمان گزرتا ہے۔ یہی ارادہ ہے۔ جو کہ انسان کو مرنے کے ڈر سے بالاتر پہنچا دیتا ہے۔ جو کہ روح کا اصلی وصف (امر ہونا) ہے۔ جس شخص میں ارادہ مستقل نہیں۔ گو ظاہری صورت کے لحاظ سے اس کو انسان کہا جائے لیکن باطنی پختگی نہ ہونے کی وجہ سے دراصل وُہ ایک قسم کی طبعی کیمیائی مشین ہے۔ جو کہ مختلف قسم کے بیرونی تاثرات (لذات نفسانی خوف تکالیف عوام کی رائے وغیرہ) کی چابی لگنے پر مختلف قسم کے ناچ ناچتی ہے۔ حقیقی انسان صرف وُہ ہے۔ جو کہ وعدے کا سچا۔ ارادے کا پکا اور پرتگیا کا پُورا ہو۔ جس کے بال بال سے بھگوان رامچندر جی کے کتھن: سے "رگھوکل ریت یہی چلی آئی۔ پران جائیں پر پرن نہیں جائی"۔ یا بھیشم پتامہ کی طرح ارادے کی پختگی کا عمل نمایاں ہو۔ ایسے ہی شخص سے دوست کو امید اور دشمن کو خوف رہتا ہے۔ ورنہ برخلاف اس کے جو شخص "چل میری لکڑی رنگ بدل جا" کہہ کر گرگٹ کی طرح دمبدم نیا رنگ اختیار کرتا ہو۔ ملک قوم کنبے یا ہمسائے کسی کے بھی کام کا نہیں ہوتا۔ کیونکہ تو وُہ خود دُنیا ہو سکتا ہے۔ اور نہ ہی اس سے کسی غیر کو نفع نقصان پہنچنے کی امید ہوتی ہے۔ ایسے اشخاص کا ہونا یا نہ ہونا مساوی ہے۔ بقولیکہ:۔ ~~

نہ شگوفہ ام نہ ثمرم نہ نخل سایہ دارم　　　در حیرتم کہ دہقاں بچکار کشت مارا؟

چونکہ یہ حالت قوت ارادی کی خاص طور پر تربیت کرنیسے پیدا ہوتی ہے۔ اسلئے ذیل میں مختصراً اس کے اصول تربیت درج کئے جاتے ہیں:۔

**طریقِ تربیت**

اس قوت کی تربیت کے لیئے دو امور ضروری ہیں:۔

(۱) قوت ارادی کا پیدا کرنا:۔ اس کا طریقہ یہ ہے

کہ جو کام کیا جائے۔ وہ غور و فکر کرنیکے بعد ارادتاً کیا جائے۔ نہ کسی قسم کی بیرونی تحریک سے مؤثر ہو کر۔ نیز جب کسی کام کرنے کا ارادہ کر لیا جائے۔ تو اسکی تکمیل تک کسی قسم کے بیرونی تاثرات اس کے سرانجام دینے میں سدِ راہ نہ ہوں چنانچہ اس مطلب کیلئے ابتدا میں مسلمہ عقلی اور اخلاقی امور ہاتھ میں لینے چاہئیں۔ جن کے دنھوے چھوڑنیکی کوئی معقول وجہ ہی نہ ہو۔ مثلاً صبح اُٹھتے ہی خاص وقت "سندھیا" کیلئے وقف کرنا۔ یا اخلاقی مضامین کا مطالعہ وغیرہ۔ اور شام کو تمام دن کے کاروبار پر نظرِ ثانی کرکے اپنے ارادے کی پختگی کا امتحان کرنا۔ اگر کسی قسم کی کمزوری کا اظہار ہُوا ہو۔ تو دوسرے روز ویسے حالات میں زیادہ محتاط رہنا۔ اس طریق سے ارادی طاقت ظہور پکڑتی ہے۔ دن بھر کے کاروبار کا پروگرام صُبح ہی تیار کر لینا یا کسی خاص شے کے نہ کھانے کا برت دھارن کرنا بھی اسی مقصد کے لئے مفید ہوتے ہیں۔

(۲) اس قوت کو استحکام اور ترقّی دینا:۔ پہلے طریقے کی لگاتار مشق سے یہ درجہ حاصل ہوتا ہے لیکن ساتھ ہی اس کے قوت ارادی کی نشو و نما میں یہ لیاقت پیدا کرنی ازبس ضروری ہے۔ کہ جب ایک کام کو دوسرے پر ترجیح دی جائے۔ تو ہمیشہ نیکی بدی سوچ لی جائے۔ یعنے نفس پر عقل کو۔ سنیہ پر دھرم کو۔ مرغوب پر مفید یعنے پریہ پر شریہ کو فوقیت دینی چاہئے۔ کیونکہ چت کی برتیوں میں جو دیو اسر سنگرام ہوتا ہے۔ صرف اسی اصول کو مدِنظر رکھنے سے دیوتاؤں کی جے ہوتی ہے۔ جو کہ منش جیون کے وکاش کا ایک ماتر سادھن ہے +

**ضمیر کی ہدائت:۔** بعض اصحاب کا خیال ہے۔ کہ نیکی بدی کی تمیز میں "ضمیر" (جو کہ تعلیم و تاثر کے تمام گذشتہ تجربات کا نتیجہ ہوتی ہے) کی آواز کو اعلےٰ ترین رہنما سمجھنا چاہئے۔ گویا جس کام کے کرنے میں شک۔ خوف اور شرم معلوم ہو۔ وُہ ادھرم یعنے بدی اور برخلاف اس کے دھرم یا نیکی سمجھیں لیکن چونکہ شروع پیدائش سے ہی غلط تربیت پایا ہُوا آدمی گناہ کرنے میں بھی کچھ جھجک نہیں رکھتا۔ جیسے قصائی کے بیٹے کو جانوروں کے ذبح

کرتے وقت کسی قسم کا خوف نہیں ہوتا۔ حالانکہ وشینو برہمن کے بیٹے کو کسی کے قتل کا خیال کرنا بھی پاپ معلوم ہوتا ہے۔ اسلئے دراصل یہ فیصلہ ٹھیک نہیں کہا جا سکتا۔ کیونکہ دھرم کی تعریف عالمگیر ہونی چاہئے۔ نہ کہ شخصی حالات پر۔ یہی وجہ ہے۔ کہ منوسمرتی میں اپنی ضمیر سے دیگر بھلے پورشوں کے طریق عمل کو۔ اور اس سے بڑھکر مستند کتابوں (سمرتی) کو اور سب سے اعلےٰ قوانین قدرت (شرتی) کو دھرم کا پرمان قرار دیا ہے ؞

**بچوں کی تربیت**:۔ چونکہ بچپن میں ارادہ کمزور ہوتا ہے۔ اور تاثر کی قوت تیزی پر ہوتی ہے۔ اسلئے یا تو بیرونی دلچسپ اور خوشنما اشیا ر توجہ کو اپنی طرف کھینچ لیتی ہیں۔ یا دوسروں کی نقل کرنیکو جی چاہتا ہے۔ کیونکہ خود سوچنے کی طاقت کم ہوتی ہے۔ اس حالت میں والدین کا فرض ہے۔ کہ بچوں کی تربیت میں قدرتی اصولوں کو مدنظر رکھیں۔ اور ہر امر میں تاثر بخش امور سے کام لیں مثلاً عقلی تربیت میں کھلونے یا تصویریں دکھائیں جن سے بچوں کے حواس کی مشق اور ترقی ہو۔ اور وہ خوشی خوشی ان کو دیکھیں بھالیں۔ اور ان کے خواص دریافت کریں۔ عقلی تربیت کے ساتھ ساتھ جسمانی تربیت کا بھی خیال رہے۔ چونکہ بہت تھوڑی دیر ان کی توجہ یکسو رہ سکتی ہے۔ اس لئے تھوڑی دیر بعد ان کو کھیلنے یا کسی دوسری شے کے دیکھنے کا موقع دیں۔ اس گوناگونی سے تو اعقلی اور جسمانی کی ساتھ ساتھ مشق اور ترقی ہوتی ہے۔ اور انہیں باتوں پر ارادے کی ابتدائی تربیت کا دارومدار ہے ؞

**کرم یوگ**:۔ آرش گرنتھوں میں "کرم یوگ" سے مراد قوت ارادت کی ہی تربیت سے ہے جس میں تعلقات (راگ دویش بھے وغیرہ) سے بالاتر ہو کر اپنی "انرجی" (شکتی) سے مکمل فائدہ اٹھانے کا صحیح طریقہ ظاہر کیا گیا ہے ؞

**"چت" کی مجموعی حالت**:۔ یہاں تک چت کی تینوں حالتوں کا ذکر ہوا۔ ان میں سے بعض وقت جبکہ انسان کسی پیچیدہ عقدے کے حل کرنے میں مصروف ہوتا ہے "تعقل" کا غلبہ ہوتا ہے۔ بعض

اوقات (کسی فرحت بخش یا رنجدہ خبر سننے پر) تاثر کا۔ اور بعض اوقات ارادت کا مثلاً جبکہ انسان کسی خاص کام کرنے کے لئے بیچین ہوتا ہے لیکن جس طرح کسی مثلث کے دو زاوئے منفرجہ نہیں ہو سکتے ویسے ہی ایک وقت میں "چت" کے بھی ایک سے زیادہ عمل نمایاں تر صورت میں نہیں ہو سکتے۔ ان ہر سہ قوار کی باقاعدہ نشو ونما کا انحصار حسن تربیت پر بیان کیا گیا ہے۔ مجموعی طور پر اس کے دو اسباب ہوتے ہیں:-

(اولاً) قدرتی۔ یعنے بعض اشخاص پیدایشی تیز طرار ذہین اور ذکی ہوتے ہیں۔ اور برخلاف ان کے بعض سست۔ ضدی چڑچڑے اور غبی ہوتے ہیں۔ اسلئے پیدائشی امراض کی طرح ان کی تبدیلی میں تو خود انسان قاصر ہے

(دوم) تعلیم:۔ چونکہ ہر قسم کے حالات انسان پر اثر ڈالتے رہتے ہیں۔ اس لئے جس قسم کے گردو نواح میں رہنے کا اس کو موقع ملتا ہے۔ ویسی ہی اس کی تربیت ہوتی ہے چنانچہ لباس۔ غذا۔ آب و ہوا صحبت احباب اور مطالعہ کتب وغیرہ (غرضیکہ تمام جسمانی ذہنی اور اخلاقی وسائل جن میں بچہ رہتا سہتا اور چلتا پھرتا ہے) کا مختلف ہونا ہی اختلاف تربیت کا موجب ہوتا ہے۔ مطلب مختصر یہ کہ بچے کی نشو ونما میں قدرت اور تعلیم دونو اپنا اپنا کام کرتی ہیں۔ یعنے بچے کی تمام "ممکنات" کا دارو مدار اس کی "قدرت" پر ہوتا ہے۔ اور ان ممکنات کا وجود میں لانا "تعلیم" کا کام ہے۔ بچے کی اعلے سے اعلے ممکنات اسی وقت حاصل ہو سکتی ہیں جبکہ نہیں وجود میں لانے کے لئے مناسب طور پر تعلیم دی جائے یہی وجہ ہے کہ تمام مہذب ممالک میں بچوں کو لازمی اور مفت تعلیم دینا "حکومت وقت" کا فرض قرار دیا گیا ہے

**یوگ:۔** مذکورہ بالا مضمون زیادہ تر مغربی محققین کی دماغ سوزی کا نتیجہ ہے۔ کیونکہ آرش گرنتھوں میں نفس کی تمام ممکنات کے ظہور میں لانے کے عمل کو "یوگ" کے نام سے موسوم کیا گیا ہے جس میں گیان

یوگ۔ راج یوگ۔ بھگتی یوگ اور کرم یوگ چاروں مضامین شامل ہیں۔ اور اس کے حصول کا انحصار بجائے "قدرت" اور "تعلیم" کے "ایشور" اور "گورو کی کرپا" پر کہا گیا ہے۔ چونکہ تفصیل میں جانے سے طوالت کا احتمال ہے اسلئے مختصر الفاظ میں ہی مغربی اور مشرقی تحقیقات کی مشابہت دکھا دی گئی ہے ٭

**قوانینِ کمالِ انسانی:-** چونکہ انسان کی تکمیل فطرت کے یہ معنے ہیں کہ جو قوتیں اور قابلیتیں بچے میں قدرتی طور پر موجود ہیں۔ ان سب کو باقاعدہ ترقی دیکر کار آمد بنایا جائے۔ اسلئے ہر شخص کا فرض اعلےٰ یہ ہے۔ کہ نہ صرف جسمانی تربیت کے متعلقہ قوانین پر ہی عملدرآمد کرنا کافی سمجھے جس سے شریر بل حاصل کر سکے۔ بلکہ مانسک شکتیوں کی نشوونما کے متعلقہ قوانین کی بھی پیروی کرے۔ جس سے مانسک بل حاصل ہوتا ہے۔ چنانچہ اول الذکر کی طرح اس کے بھی تین ہی قوانین ہیں:۔ (۱) مناسب اشیاء کا گرہن یعنے اوصاف رحمانی کا قبول کرنا۔ (۲) نامناسب اشیاء کا تیاگ یعنے اوصاف شیطانی کا ترک کرنا (۳) اپنیس ہستی کا پیدا کرنا یعنے اپنی ودیا دوسروں کو دیکر "رشی رن" سے سبکدوش ہونا ٭

**اوّل مناسب اشیاء کا گرہن:-** ان کا اصلی مدعا گناہ کبیرہ سے بچانا ہے۔ چنانچہ ان میں تین امور شامل ہیں۔ (۱) اوتم سوبھاؤ یعنے اخلاق حسنہ (جو کہ کرم کانڈ کا مظہر ہے) (۲) نرمل بدھی یعنے عقل سلیم (جو کہ گیان کانڈ کی طرف اشارہ ہے) (۳) آتم شکتی یعنے خودستی (جو کہ بھگتی کانڈ سے تعلق رکھتی ہے) ٭

**(۱) اخلاق حسنہ:-**

خاک آپکو سمجھنا اکسیر ہے تو یہ ہے
با خلق سب سے رہنا تسخیر ہے تو یہ ہے

سب کام اپنے کرنے تقدیر کے حوالے نزدیک عارفوں کے تدبیر ہے تو یہ ہے

اخلاقِ حسنہ سے اصلی مراد "نشکام کرم" ہے۔ گویا حقوق کی پرواہ نہ کرتے

ہوئے فرض کو فرض کی خاطر پیار کرنا حقیقی اخلاق ہے۔ چنانچہ یہی وجہ ہے

کہ دیگر تمام اوصاف اعلےٰ صرف انہی اشخاص کے لئے مفید ہو سکتے ہیں۔ جن

کی غرض سے خاص حاجت رکھنے والے اشخاص کو صاحب کمال سے تعلق

پیدا کرنے کا موقعہ ملتا ہے۔ لیکن اخلاق وہ وصف اعلےٰ ترین ہے۔ کہ جس

سے خلق کو عام طور پر یکساں فائدہ پہنچتا ہے۔ اور ہر چھوٹا بڑا۔ اپنا پرایا۔

دوست دشمن حتےٰ کہ راہ چلتا مسافر بھی اس کے اثر سے موثر ہوئے بغیر

نہیں رہتا۔ ایک دانا کا کلام ہے۔ کہ میوۂ شیریں شیریں زبانی ست و تسخیر

دلہا دست بر پیشانی۔ صاحب اخلاق کی طرف سے تکلیف پہنچنا بھی بد خلق

کی عنایت سے بہتر سمجھا جاتا ہے۔ چنانچہ نہ صرف بلبل شیراز کا ہی کلام ہے:۔

اگر حنظل خوری از دست خوشخو

بہ از شیرینی از دستِ ترشرو

بلکہ بھگوان کرشن کا دریودھن کی شاہانہ دعوت چھوڑ کر بدر بھگت کے گھر

میں ساگ پات کو ترجیح دینا بھی اسی امر کی تصدیق کرتا ہے۔ پس زیورِ اخلاق

سے آراستہ ہونا ہی تمام خلقت کا خالق کے راستے پر چلنا ہے۔ اسلئے سوال

ہو سکتا ہے۔ کہ اخلاق کی عملی صورت کیا ہے؟ سو معلوم رہے۔ کہ اگرچہ یوں

تو اس سے مراد حس ہمدردی کی تربیت یا مادہ خود ایثاری کی نشو و نما سے

بھی لی جاتی ہے۔ لیکن در اصل اخلاق حسنہ کی بنیاد اس امر پر ہے۔ کہ قوت

---

عا اخلاقی خوبیوں اور عقلی کمال کا باہمی تعلق ایسا ہی ہے۔ جیسا کہ بیماری سے محفوظ رکھنے والی ادویات اور طاقت و خوبصورتی بڑھانے والی اشیار کا ایک دوسرے سے ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ اخلاق کو اگر زمانہ حال کے لئے بہتر کہا گیا ہے۔ تو عقل کو آئندہ زندگی کا توشہ قرار دیا گیا ہے۔

شہوت (خواہش زر و زن) اور غصے کو افراط و تفریط کی حالتوں سے بچا کر جادۂ اعتدال پر لایا جائے۔ یعنے جس مطلب کے لئے قدرت کی طرف سے یہ قوار (کام۔ کرودھ) عطا ہوئے ہیں۔ اسی مقصد کو مدنظر رکھ کر ان کا استعمال کیا جائے۔ کیونکہ "بدخلقی" صرف انہی امور کی افراط و تفریط کا نام ہے +

## کام۔ کرودھ کی قدرتی غرض:

اب رہا سوال یہ۔ کہ ان قوار کی پیدائش سے قدرت کا کیا منشا ہے؟ سو اس کا جواب یہ ہے۔ کہ "شرتی بھگوتی" کے کتھن "ایکوسنگ بہوسیام" یعنی ایک ہوں بہت ہو جاؤں) انوسار چونکہ قدرت کا کائنات بنانے سے منشیا ہر شخص کو "سچدانند" کے درجے تک پہنچانا ہے۔ جیسا کہ ہر انسان کی خواہشات ثلاثہ یعنے ہمیشہ کی زندگی، علم کل اور سرورِ مطلق کی تلاش سے بھی ظاہر ہوتا ہے۔ اور حصول ان ہر سہ امور کا صرف ایک ہی بات یعنے "علم کل" پر مبنی ہے اسلئے مقصد زندگی میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے ہر شخص کے لئے حصول علم لازمی شئے ہے۔ اب علم کا حاصل کرنا توجہ قلبی پر منحصر ہے۔ اور اسکی تکمیل کے دو درجات ہیں (۱) علم عالم ظاہری:۔ جو کہ حواس کے ذریعے حاصل کیا جاتا ہے (۲) علم عالم باطن:۔ جو کہ صرف توجہ دل کے ذریعے بلاوساطت حواس مکاشفے میں آتا ہے۔ چونکہ قیام حواس کیلئے جسمانی ڈھانچے کی ضرورت تھی۔ اور علم ماورالمحسوسات جسم سے تعلق رکھنے پر تکمیل کو نہیں پہنچ سکتا تھا۔ اسلئے مالکِ کُل ارحم الراحمین یعنے خالقِ دُنیا و دین کے وصف ذاتی "رحم" نے تقاضا کیا۔ کہ انسان کو ہر دو حالات میں سے عبور کرایا جائے۔ تاکہ علم کُل حاصل کر کے مقصد حقیقتی پر پہنچنے میں کامیاب ہو۔ ان دونو حالات

---

ؔ۱ زبان سنسکرت میں ہمیشہ کی زندگی کے لئے لفظ "ست"۔ علم کُل کے لئے "چت"۔ اور سرور مطلق کے لئے "آنند" بولا جاتا ہے۔ سو ان تینوں خواہشات کا مجموعہ "سچدانند" کی ہی قدرتی طلب مشہور ہے +

کی گانٹھ یعنے جار وصال کا نام موت ہے۔ بقول شاعر:۔

مرنے کو بھی لوگ کہتے ہیں وصال　　　یہ اگر سچ ہے تو مر جاتے ہیں ہم

اس "موت" سے پہلے یعنے جسم کی موجودگی میں "عالم ظاہری" کا اور مرنے کے بعد "عالم باطن" کا علم خاطر خواہ حاصل ہوتا ہے۔ اگر اس وقت معینہ تک علم دنیا میں کسی قسم کا نقص یا کمی رہ جاتی ہے۔ تو پھر اسی مکتب میں واپس آنا پڑتا ہے۔ جبتک کہ علم مکمل نہ ہو جائے۔ اس واپس آنے کو ہی پُنر جنم یا تناسخ کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ چونکہ انسانی زندگی کی محدود میعاد میں اس وسیع کائینات کا مکمل علم حاصل کرنا امر محال ہے۔ اسلئے جس طرح طالب علم ہر صُبح مدرسے میں جاتا اور شام کو واپس آتا ہے۔ ویسے ہی ہر ایک شخص کو حصول مدعا میں کامیاب ہونے تک مختلف صورتوں یعنے طبقات دماغی پر آواگون کا چکر کاٹنا پڑتا ہے۔ بمصداق:۔

ہفت صد ہفتاد قالب دیدہ ام　　　مثل سبزہ بارہا روئیدہ ام

اس دُنیا میں بار بار واپس آنے اور تجربات حاصل کرتے ہوئے باطنی ترقی پانے کے مضمون کو حضرت شمس تبریزؒ اپنے الفاظ میں یوں فرماتے ہیں:۔

باز آمدم باز آمدم تا وقت را میموں کنم　　　باز آمدم باز آمدم تا درد دل افزوں کنم

باز آمدم باز آمدم تا بہر بیماران دل　　　از اشک چشم و آہ دل وا زخونِ جگر معجوں کنم

باز آمدم باز آمدم تا دل بر آں دلبر نہم　　　وز ہر چہ جز دلبر بود از شہر دل بیروں کنم

باز آمدم باز آمدم چیزے ندارم جز الف　　　قدِ الف پیدا شود چوں راست پشت نوں کنم

باز آمدم باز آمدم دل دادہ و شوریدہٗ　　　خود را اگر لیلی کناں آں یار را مجنوں کنم

گفتم شہا چوں حاضری نے داچہ حاجت وعدہ را　　　گفتا بر و خود ر سبق تا وعدہ را اکنوں کنم

بھگوت گیتا چھٹے ادھیائے کے ۴۵ شلوک میں اسی "پرم گتی" کی پراپتی اینک جنموں کی کوششوں کا نتیجہ ظاہر کی گئی ہے +

प्रयत्नाद्यतमानस्तु योगी संशुद्धकिल्बिषः॥
अनेकजन्मसंसिद्धस्ततो याति परां गतिम्॥६-४५॥

چونکہ "علم قدرت" یعنے علم کا طاقت ہونا امر مسلمہ ہے۔ اور طاقت کا حصول مجبوری کی صورت میں ناممکن امر ہے۔ گویا جبر اور قدر بباعث متضادین ہونیکے یکجا جمع نہیں ہو سکتے۔ اور انسان کو جہالت پر قادر بنانا منشاء ایزدی تھا۔ اسلئے اس کو مجبور نہیں کیا گیا۔ کہ مشین کی طرح علم حاصل کرے۔ بلکہ اسے ان عالم میں ظاہر علم کا شکار کرنے کے لئے آزاد چھوڑ گیا۔ تاکہ بلحاظ ذاتی طاقت کے حصول علم پر قادر ہو۔ اور تکاہل سے بچانے کی خاطر اس کے جسم کو اس ڈھنگ پر بنایا گیا ہے۔ کہ اسباب فنا اندر اور باہر لگا دیئے۔ جس سے اپنی بقا کی خواہش اس کے دل میں قائم کر دی۔ اور اسباب فنا کا مقابلہ کرنے واسطے ایسے سامان عطا فرمائے جن کو کام میں لانے سے خود بخود علم حاصل ہوتا جاتا ہے گویا جس طرح مگدر اٹھانے سے بازو میں طاقت آتی ہے۔ ویسے ہی جب کوئی اپنے جسم کو قائم رکھنے کے لئے تکاہل کو چھوڑ کر کام کرتا ہے۔ اس سے بتدریج حرکت باطن پیدا ہو کر قوت ارادی میں زور آتا اور نظام عصبی ترقی پاتا ہے جس سے تحصیل علم میں مدد ملتی ہے۔

اب سوال یہ ہوگا کہ وہ اسباب فنا اور ان کے مقابلے کے سامان کون سے ہیں؟ سو وہ ذیل میں درج کئے جاتے ہیں:۔

**اسباب فنا:۔**

(۱) "اندرونی" یعنے جسم کا خود بخود حرکات طبعی یا ارادی سے کیمیائی طور پر تحلیل ہوتے رہنا۔

(۲) "بیرونی" یعنے درندے وغیرہ دشمنوں کا حملہ کر کے مار ڈالنا۔

چونکہ ان اسباب سے نسل انسانی تھوڑے عرصہ میں ہی ختم ہو جاتی۔ اگر کوئی خاص انتظام نہ کیا جاتا۔ گویا ان اسباب سے محفوظ رہنے کیلئے قدرت کو ضروری سامان بھی عطا فرمانے لازمی تھے۔ اسلئے ذیل کا بندوبست کیا گیا:۔

**سامانِ مقابلۂ فنا۔**

اولاً۔ اندرونی اسباب فنا سے بچنے کے لئے (۱) مادی سامان۔ ہاتھ پاؤں و آنکھ کان وغیرہ حواس اور اعضاء ہضم طعام وغیرہ اعضاء رئیسہ۔ (۲) غیر مادی سامان۔ "خواہش غذا وغیرہ" اپنا جسم قائم رکھنے کے لئے۔ اور "خواہش وصلِ عورت" اپنی نسل قائم رکھنے کے لئے یہی دو قسم کی خواہشیں "کام" کے معنوں میں آتی ہے جسکو بھگوان کرشن نے دھرم انوسار قرار دیا ہے۔

دوم۔ بیرونی دشمنوں سے بچنے کیلئے (۱) مادی سامان۔ ہاتھ پاؤں وغیرہ جن سے کہ مقابلہ کر سکے۔ یا بشرط ضرورت بھاگ سکے (۲) غیر مادی سامان "غصے کا جوش" ہے جو انہیں کی عدم موجودگی میں کسی سے مقابلہ کرنے یا کسی کی غلطی پر اصلاحی سزا و تنبیہ کرنے کا خیال ہی پیدا ہوتا یہی "کرودھ" کا قدرتی مدعا ہے۔ اب جس طرح مادی سامان یعنے اعضا جسمانی اعتدال سے ہی کام لینے پر تندرستی کا موجب ہوتے ہیں۔ ویسے غیر مادی سامان یعنے جسم لطیف کے اعضا (کام۔ کرودھ) بھی اعتدال سے ہی کام میں لانے سے شانتی کا باعث ہو سکتے ہیں۔ ورنہ ان کی افراط و تفریط بانواع امراض کا ہی کارن ہوتی ہے۔

**امراضِ خواہش۔**

چنانچہ "افراطِ خواہش" سے ذیل کی امراض باطن ظہور پذیر ہوتی ہیں۔ حرص۔ طمع۔ بے شرمی۔ فضول خرچی۔ بے مروتی۔ ناپاکی۔ امیروں سے ذلیل ہونا۔ غریبوں کو حقیر جاننا۔ ریاکاری۔ اوباشی۔ رنڈی وغیرہ۔ اور اگر اس کے ساتھ کسی قدر علم بھی شامل ہو۔ تو مکر و فریب۔ حیلہ سازی اور عیاری کی صورت میں ظہور پاتی ہیں۔ اور "تفریطِ خواہش" سے سستی۔ نامردی۔ بیقراری۔ کم دلی وغیرہ۔ علاوہ ازیں چونکہ اس کے ساتھ علم کی خواہش نہ ہونے سے جہالت بھی شامل حال ہوتی ہے۔ لہٰذا بے حافظگی۔ سادہ پن۔ نافہمی۔ کوتاہ بینی اور

ناعاقبت اندیشی بھی اس کے نتائج ہوتے ہیں +

**امراضِ غُصہ:-** "اُفراط غضب" سے تہوّر یعنے اندھا دھند مردانگی - کبر و عجب - لاف زنی - غرور - نخوت - خود پرستی - خود بینی عیب چینی - پردہ دری اور حسد وغیرہ کا ظہور ہوتا ہے - اور "تفریط غضب" سے بُزدلی - ذلت پسندی - کم حوصلگی - بے طاقتی - بیعزتی - بے حمیتی - بیچارگی اور خوشامد لموُد پذیر ہوتی ہیں - نیز اس میں "امر بالمعروف" اور "نہی عن المنکر" کا مادہ باقی نہیں رہتا - یعنے باوجود لوگوں کو سخت بیہودگیوں کا مرتکب دیکھنے کے بھی کچھ احساس نہیں ہوتا +

**اعتدالِ خواہش و غُصہ:-** "اُعتدالِ خواہش" (جسکو شرافت کہتے ہیں) سے عفّت - جُود - حیا - صبر - درگذر - قناعت پرہیزگاری - لطیف مزاجی - خوش طبعی اور بے طمعی جیسے اعلےٰ اوصاف جلوہ دکھاتے ہیں - اور "اعتدال غضب" (جو کہ شجاعت کے نام سے منسوب ہوتا ہے) سے خودداری - عالی ہمتی - دلیری - آزادی حلم - استقلال ثبات و وقار اور بُردباری وغیرہ وصف ظہور پکڑتے ہیں - چونکہ ان اوصاف کے ساتھ "کمال علم" (جسے حکمت کہتے ہیں) سونے پر سوہاگہ ہوتا ہے جس سے حسن تدبیر - جُودت ذہن اور اصابت رائے پیدا ہوتے ہیں - اس لئے اخلاق حسنہ کے لئے حصول علم لازمی شے ہے +

چونکہ خواہش اور غصہ کی زیادتی نسبتاً زیادہ خطرناک ہوتی ہے - کیونکہ "تفریط" سے تو خاصکر اپنی ذات کو ہی نقصان پہنچتا ہے لیکن افراط دوسروں کی کلفت کا موجب ہوتی ہے - اس لئے مختصر طور پر آخرالذکر کا علاج ذیل میں درج کیا جاتا ہے :-

**(۱) علاج الافراط غضب:-** چونکہ غُصے کے اشتعال پذیر ہونے کا اصلی سبب یہ ہے - کہ جو اشیا انسان

کو مرغوبِ خاطر ہوتی ہیں۔ ان کے حصول میں کسی شخص کی طرف سے رکاوٹ کی جاتی ہے۔ اس لئے پہلے اس بات پر غور کرنا چاہیئے۔ کہ مرغوباتِ انسانی کیا کیا ہیں؟ چنانچہ ان کی دو اقسام ہیں:۔ اوّلاً وُہ جو کہ ضروریاتِ زندگی کہلاتی ہیں۔ مثلاً غذا۔ لباس۔ مکان۔ تعلیم۔ آزادی اور عورت وغیرہ۔ اس لئے ان اشیاء کے حصول میں رکاوٹ ہونے پر تو ضروری ہے۔ کہ انسان کو غصہ آئے۔ اور اس کا روکنا بہتر نہیں ایسی صورت میں اعتدال پیدا کرنے کے صرف یہ معنے ہیں۔ کہ غصّے کا اظہار بُری طرح نہ کیا جائے۔ یعنے مدافعت پر اکتفا کی جائے۔ اور جسمانی صورت۔ آواز حرکات وسکنات پر اس کا اثر ظاہر نہ ہونے پائے۔ جو کام کیا جائے۔ سوچ سمجھ کر کیا جائے۔ نہ و در نجی میں عقل کو جواب نہ دیں +

دوم۔ دُو مرغوبات جو لازمۂ زندگی نہیں ہیں۔ مثلاً جاہ و شہرت ناموری خواہش، صدر نشینی وغیرہ۔ ان کے حصول میں کسی کے سدِ راہ ہونے پر جو غصّہ آتا ہے۔ اس کا اعتدال پر لانا صرف اس صورت میں ہو سکتا ہے۔ کہ جو اشیاء زمرۂ مرغوبات میں داخل کی گئی ہیں۔ ان کو رفتہ رفتہ کم کیا جائے۔ چونکہ عام طور پر دنیا میں باہمی بغض و عناد کا موجب یہی بیہودہ مرغوبات ہوتے ہیں اسلئے ان کی کمی ہونے یعنے خواہشات کے اعتدال پر آنے سے ہی ممکن ہے کہ سنسار میں پریم اور شانتی کا راج ہو +

علاوہ ازیں غصّے کا دوسرا سبب اکثر کسی کی زبان سے اپنے حق میں خلافِ شان الفاظ یا گالی وغیرہ سننا ہوتا ہے۔ بلکہ اشتعال پیدا کرنے کا تو خصوصاً باعث ہی یہی ہوتا ہے۔ حالانکہ در اصل اس کا مضر اثر انسان پر کچھ بھی نہیں ہوتا۔ یعنے نہ تو کچھ زر و مال کا ہی نقصان ہوتا ہے۔ نہ ہی کسی قسم کی جسمانی تکلیف پہنچتی ہے۔ صرف خیالی تکلیف ہوتی ہے۔ سو اس کے اثر سے بچنے کے لئے انسان کا فرض ہے۔ کہ باہمی جھگڑے کے مضر نتائج کا خیال کرتے ہوئے

گالی دینے والے کو بیوقوف سمجھکر اُس جیسا بننے کی کوشش نہ کرے۔ بقولیکہ

دوہا: مورکھ کا مکھ بانبی نکسے بچن بھجنگ
تاکی اوشدھ مون ہے زہر نہ بیاپے انگ

کیونکہ بچے کی طرح بیوقوف بھی معافی کا مستحق ہے۔ ورنہ درحقیقت کوئی شخص اپنی حماقت کا اظہار کرنا نہیں چاہتا۔ حتے الامکان اپنی بہترین شے ہی دوسروں کو دکھانی چاہتا ہے:۔ دوہا

جیسی جاکو بُدھ ہے ویسی کہے بنائے واکا نگہ نہ کیجئے لینے کہاں کے جائے؟

نیز جس طرح کوئی خاص شخص کسی خاص لفظ کے سُننے سے چڑتا ہے۔ تو وہ اسی کی چھیڑ سمجھی جاتی ہے۔ دیگر سُننے والوں پر اس کا کچھ اثر نہیں ہوتا۔ ویسے ہی بدالفاظ کو تمام سوسائٹی کی مشترکہ چھیڑ کے جملات سمجھ کر اپنے تئیں اس چھیڑ کے "ہپناٹزم" سے علیحدہ سمجھے۔ جسطرح کسی غیر زبان کی گالی سے لاپرواہ رہتا ہے۔ اور خود کسی کے لئے ایسے الفاظ استعمال ہی نہ کرے۔ جن کو جواب میں سُن کر رنج پیدا ہونے کا امکان ہو۔ بقولیکہ:۔ دوہا

دہن خویش بدشنام میالا صائب کیں زر قلب بہ ہر کس کہ دہی باز دہد

مہاتما بُدھ کی نسبت روائت ہے۔ کہ ایک دفعہ کسی جاہل شخص نے آپ کو بہت بُرا بھلا کہا۔ مہاتما جی خاموشی سے سُنتے رہے۔ جب وُہ تھک چکا۔ تو آپ نے فرمایا۔ پیارے! اگر کوئی شخص کسی کے لئے کچھ تحفہ لے کر جائے۔ اور وُہ اسکے لینے سے انکار کر دے۔ تو تحفے کا مالک اس کو کیا کرتا ہے؟ اُس نے جواب دیا کہ وُہ واپس گھر کو لے جاتا ہے۔ تب مہاتما جی نے مُسکرا کر فرمایا کہ یہ تحفہ گالیوں وغیرہ کا جو آپ نے مجھے پیش کیا ہے۔ افسوس ہے کہ مجھے اس کی ضرورت نہیں۔ اس لئے آپ مالک ہیں۔ وُہ شخص شرمندہ ہوکر چل دیا۔ سچ ہے۔ کہ چاند پر تھوکنے سے اپنے چہرے پر ہی گرتا ہے:۔ دوہا

تو بھلا ہے تو بُرا ہو نہیں سکتا اے ذوق ہے بُرا وُہ ہی کہ جو تجھ کو بُرا جانتا ہے

اور اگر تو ہی بُرا ہے تو وہ سچ کہتا ہے　　کیوں بُرا کہنے کو اسکے تو بُرا مانتا ہے

ایسے ہی ایک اور صاحبدل نے گالیاں دینے والے کو دعائیں دیں شاگردوں نے پوچھا۔ اسکے کیا معنے؟ آپ نے فرمایا۔ کہ جو کچھ کسی ہنڈیا میں ہوتا ہے وہی اس سے باہر آتا ہے:۔ ۵

بدم گفتی و خرسندم جزاک اللہ نکو گفتی　　جواب تلخ مے زیبد لب لعل شکر خارا

شیخ سعدی ایک جگہ پر لکھتے ہیں:۔ ۵

یکے را زشت خوئے داد دشنام　　تحمل کرد و گفت اے نیک فرجام

بترزانم کہ خواہی گفت آنی　　کہ دانم عیب من چوں من ندانی

علاوہ ازیں مسئلہ ”وکاش“ بھی اسی امر کا مظہر ہے۔ کہ کسی قسم کی بدی پر فتح پانے سے مراد اپنے اندر ایسی تبدیلی کر لینے سے ہے۔ کہ وہ خرابی اثر انداز ہی نہ ہو سکے۔ جیسے مچھلی نے اپنے دشمنوں سے بچنے کے لئے پرندوں کی صورت اختیار کر لی اسلئے اخلاقی مصائب سے بھی رہائی کی ایک یہی صورت ہو سکتی ہے۔ کہ اپنی اندرونی شکتی کو ایسا بنایا جائے۔ کہ جس طرح ماتا کی نگاہ میں بچے کی غلطیاں محبت کے ہی پیدا کرنیوالی ہوتی ہیں۔ ویسے ہی عوام کی بداخلاقیاں ان کی کمزوری کا مظہر ہونیسے آپ کے اندر پریم کا جذبہ ہی بھڑکانیوالی ہوں۔ بقول لیکہ:۔ ۵

عزیمتہا ہمے کردم کہ شیطاں برطرف گردد　　دیک بینی و یک دانی حصار کردہ ام پیدا

## (۲) علاج الافراط خواہش:۔

۵ ماکھی بیٹھی شہد پر پنکھ لیو لپٹائے
ہاتھ ملے اور سر دھنے لالچ بُری بلا

چونکہ کثیر التعداد مصائب کا انحصار اسی امر پر ہے۔ اسلئے ہر شخص کے لئے ضروری ہے۔ کہ ان کے متعلقہ یہ تحقیقات کرے۔ کہ کونسی خواہشات ”قدرتی“ ہیں اور کون سی نفسانی؟ کیونکہ جہاں ”قدرتی خواہشات“ یعنے ضروریات کا پورا کرنا انسان کا فرض ہے۔ وہاں نفسانی خواہشات کی بیخکنی لازمی ہے۔ تاکہ ہر شخص

سچا سکھ حاصل کر سکے۔ مگر چونکہ سوائے سامان بالیدگی و تولیدگی کے تمام اشیاء نفسانی خواہشات کے ہی زمرے میں آتی ہیں۔ اور ان کی پیدائش کا انحصار صرف ان کے خیال کرنے پر ہے۔ جیسا کہ گیتا میں کہا گیا ہے :-

(ترجمہ :- وشیوں کا دھیان کرنے سے انسان کا تعلق ان میں پیدا ہو جاتا ہے تعلق سے ان کی خواہش اور خواہش سے غصہ پیدا ہوتا ہے) اس لئے صفحہ دل کو ان سے صاف رکھنے کے لئے ست سنگ۔ ست شاستروں کا مطالعہ اور اپنے فرائض کو صحیح طریق پر انجام دینے کا خیال بہترین نسخے ہیں۔ کیونکہ اگر ایکطرف مرغوب الطبع اشیاء دنیا کی حقیقت کا خیال رکھنا (دوش درشٹی) طبیعت کو سیری بخشتا ہے۔ تو دوسری طرف جو شخص اپنے فرائض کو بخوبی ادا کرتا ہے۔ اسکو اس قدر فرصت ہی نہیں ملتی۔ کہ لذات نفسانی کا خیال کر سکے۔ بلکہ کام کرتے کرتے تھک کر سونا ہی صرف اس کے لئے موجب راحت ہو سکتا ہے۔ جیسا کہ جوزف میزینی نے کہا ہے :-

ترجمہ :- ۵

میں جو سویا تو گویا یہ خواب سا تھا کہیں زندگی جیسی بہار نہیں
ولے راز کھلا جو ہیں آنکھ کھلی بنا فرض یہاں کوئی کار نہیں

مطلب مختصر یہ کہ بغیر کسی خیال شخصی راحت و کلفت کے فرض کو فرض سمجھکر ادا کرنا یعنے "نشکام کرم" ہی اخلاق حسنہ ہے :- "بھگوت گیتا" :-

ترجمہ :۔ ۵
شکھی ہو گی ہے وُہ۔ تادر رکھے جو دانائی ہیں کرودھ اور کام کے جذبات پر انکی روانی ہیں

ترجمہ :۔ ۵ در وازہ دوزخ اند اے جواں
طمع ہست و خشم است و شہوت بداں

اخلاق حسنہ کی دوسری تعریف :۔ اسی مضمون کو دوسرے الفاظ میں یوں بیان کیا جا سکتا ہے۔ کہ اخلاق حسنہ طبیعت میں ایسے ملکہ راسخہ کی موجودگی کا نام ہے جس کی وجہ سے بلا تکلف نیک افعال ظہور پذیر ہوں۔ نیک افعال سے مراد انسان کے پسندِ خاطر سلوک سے ہے۔ یعنے جو کچھ کوئی اپنے لئے چاہتا ہے۔ وہی سلوک دوسروں سے کرے۔ بلکہ حتےّ الامکان دوسرے کی رضا کو مقدم رکھے تا کہ غیر بھی اسکی رضا جوئی میں مستعد رہے :۔ ۵

اگر تو طالب حقی قبول کن ایں پند کہ ہرچہ خود نہ پسندی بدیگراں مپسند

چونکہ کوئی شخص یہ نہیں چاہتا کہ اس کو کسی قسم کی تکلیف پہنچے۔ اس لئے اس کو چاہئے۔ کہ کسی متنفس سے ایسا سلوک نہ کرے جس سے اسکے شیشۂ دل پر کسی قسم کی چوٹ پہنچے۔ نیز ایسی احتیاط پر کاربند ہو۔ کہ خود بھی غیروں کی طرف سے صدمۂ تکلیف سے محفوظ رہے۔ گویا اخلاق حسنہ فرائض اور حقوق کی طرح ایسے احکام (امر و نہی) کی بجا آوری کا نام ہے جن کی وجہ سے نہ تو غیر کو اس سے تکلیف پہنچے۔ اور نہ ہی وُہ خود مبتلائے رنج و الم ہو۔ بقول کسے :۔

۵ میازار کس را و از کس مرنج
ہمیں است سرمایۂ ہر گنج

چونکہ وُہ احکام "یوگ درشن" میں "یم" اور "نیم" کے اسماء سے بیان

کئے گئے ہیں۔ اسلئے ذیل میں ان کی تشریح کی جاتی ہے :۔

**یم :۔** اس میں حسب ذیل پانچ امور شامل ہیں :۔
اہنسا۔ ستیہ۔ استے۔ برہمچریہ۔ اپریگرہ +

**(۱) اہنسا :۔** فعل اور قول تو درکنار[1] خیال تک سے بھی کسی کو دُکھ نہ پہنچانا اخلاق حسنہ کی منزل پر چلنے کیلئے پہلا قدم ہے

ہو مرتکب گناہ کبیرہ تو کچھ نہیں
پر یہ نہ ہو کسی کا جو ناحق ستائے دل

بلحاظ مثبت و منفی اس کے دو پہلو ہیں۔ چنانچہ ایک طرف اگر "بیر حمئے حیوانات سے باز رہنا" ہے (مثلاً جانوروں کا ذبح کرنا۔ شکار کھیلنا۔ پنجروں میں قید کرنا لڑانا۔ زیادہ بوجھ لادنا۔ بھوکے پیاسے رکھنا۔ اور پالتو حیوانات گائے بیل ٹٹو گھوڑے وغیرہ کی سردی گرمی۔ دانے پانی۔ اور جگہ کی صفائی کا خیال نہ رکھنا وغیرہ تمام امور حیوانی بیرحمی میں شامل ہیں) تو دوسری طرف "دیا کا کرنا" ضروری ہے۔ کیونکہ بحالت امکان محتاج بھوکے کو کھانا۔ ننگے کو کپڑا۔ مریض کو دوائی اور جاہل کو علم کا نہ دینا بھی ایک قسم کا گناہ ہی ہے۔ بقولیکہ :۔

اگر بینم کہ نابینا و چاہ است
اگر خاموش بنشینم گناہ است

مہاراجہ دلیپ کی روائت "جس نے ایک کبوتر کو بچانے کیلئے باز کو اپنے بدن کا ماس پیش کیا تھا" اس پہلو میں قابل غور ہے +

**(۲) ستیہ :۔** چونکہ سنسکرت میں "ستیہ" لفظ ہستی کے معنوں میں آتا ہے۔ اس لئے اس سے مراد وہی بات کہنے سے ہے۔

جو کہ "واقعی ہو" گویا بذریعہ حواس عقل اور بشمول اس کے جو گیان حاصل ہوا ہے اس کا مجموعی نتیجہ جو کچھ اپنے خیال میں ہو۔ اسی کے مطابق قول اور فعل کے

[1] بغور دیکھیں۔ تو ایذا رسانی کا درحقیقت تعلق ہی دل سے ہے۔ اسلئے "یم" کے پانچوں انگوں سے مراد اصل مانسک۔ واچک اور شریرک کرموں سے دوسرے کی تکلیف دہی سے باز رکھنا ہے +

ذریعہ ظاہر کرنا یعنے زبان حال اور قال ایک دوسرے کے موافق ہو۔

ع کر دکھائیں جو کہیں چیتن وہی انسان ہیں
ورنہ گپّوں میں تو سب نامرد بھی بلوان ہیں

کیونکہ جو اشخاص صرف کہتے ہی ہیں۔ لیکن ویسا کرتے نہیں۔ وہ نہ صرف خود ہی اس سچائی کے پھل سے محروم رہتے ہیں۔ بلکہ دیگر اشخاص بھی انکی گفتگو کو بیہودہ ہی خیال کرتے ہیں۔ اور کہتے ہیں نا معلوم قول سچا ہے یا فعل؟ اسی لئے کہا گیا ہے:۔ ع

ہووے جو کاغذ و قلم کی طرح ۔۔۔ دو زبان و دو رُویہ وقت سخن
مثل کاغذ منہ اس کا کیجے سیاہ ۔۔۔ قلم کی طرح کاٹ دو گردن

اکثر اوقات انسان باطنی رنجش کی وجہ سے دوسروں کو صاف بیانی سے بدنام کرتا اور اپنے تئیں راست گو ظاہر کرتا ہے لیکن یہ نہیں جانتا۔ کہ سچ کیساتھ گفتگو کا دوسروں کے لئے مفید اور مرغوب ہونا بھی لازمی ہے۔ گویا اگر کسی کو خوش کرنے والا جھوٹ نہ بولا جائے تو ضروری نہیں۔ کہ ناگوار سچ خواہ مخواہ ظاہر کیا جائے۔ ایفاء وعدہ کی تقدیس کیساتھ اس امر کا خیال رہے۔ کہ اس کا نتیجہ کبھی کے لئے دُکھدائی نہ ہو۔ مہاراجہ ہر یشچندر اور یدھشٹر کی روایات قابل یادداشت ہیں +

(۳) استے۔ غیر کے مال سے بلا اجازت مالک یا ناجائز طور پر مثلاً چوری ٹھگی یا رشوت وغیرہ کے ذریعے کچھ نہ لینا اور کسب حلال کی آمدنی سے اپنی ضروریات کو رفع کرنا اس سے مراد ہے۔ کسی کے مال حرام میں شامل ہونیسے بھی انسان کے اخلاقی قواء گند ہو جاتے ہیں۔ "کھائے مُنہ اور شرمائیں آنکھیں" مثل مشہور ہے۔ چنانچہ بھیشم پتامہ اور درونا چاریہ جی کا دریودھن کا مال کھانیسے دروپدی کے برہنہ کئے جانے پر مخالفت نہ کرسکنا اسی امر کی دلیل ہے۔ بمصداق۔ ع دیپک تم کو کھاتا ہے

تو تجربہ ہے اوگنات - اسی سلسلہ میں یہ یاد رہے - کہ جس طرح ایک شخص اس خیال سے چوری نہیں کرتا - کہ مبادا گرفتار ہو کر جیلخانہ میں بھیجا جاؤں - ویسا ہی وہ شخص جو کہ اس ممنوع کام سے اس لئے درگذر کرتا ہے - کہ مبادا عاقبت میں اس کا حساب دینا پڑے - گویا نقطہ اخلاق سے دونو شخص یکساں ہی گرے ہوئے ہیں - کیونکہ اگر ایک کو حاکم وقت کا خوف اور دوسرے کو خدا کا ڈر نہ ہو تو کوئی وجہ نہیں کہ وہ چوری نہ کریں - اس لئے صاحب اخلاق صرف وہ ہے - جو کہ کھانے میں غلاظت کی شمولیت کی طرح بذاتہ اس عمل کو بُرا سمجھتا ہے ٭

(۴) برہمچریہ :- اس سے مراد "ترک زنا" سے ہے - چونکہ بمصداق "الزنا یخرج البنا" یعنے سوائے تولید نسل کی غرض کے کسی عورت سے بھی ہم صحبت ہونا داخل زنا ہے - اسلئے نہ صرف غیر عورت سے بلکہ اپنی منکوحہ بیوی سے بھی نفس امارہ کی سیری کا خیال نہیں ہونا چاہئے - گرہست آشرم کا معراج اعلےٰ دساگم صرف اسی عمل سے حاصل ہو سکتا ہے - کیونکہ شہوت رانی سے نہ صرف اپنی ذات کو ہی ویریہ کے ضائع ہونے اور قوت خیال کو نچلے طبقے پر کام میں لا کر ضائع کرنیسے نقصان پہنچتا ہے - بلکہ عورتاں میں دو امراض حیض" رکم و بیش آنا - درد سے آنا یا ماہواری ایام سے آگے پیچھے آنا وغیرہ کے علاوہ اس کے قوائد دماغی پر بھی سخت صدمہ پڑتا ہے جس کی وجہ سے وہ "ناقص العقل" ہونے کی طرف مائل ہو جاتی ہے - اور غیر کی عورت سے علاوہ قانون سوسائٹی کے اسلئے بھی احتراز کرنا ضروری ہے - کہ جب خود نہیں چاہتے ہو - کہ کوئی غیر شخص آپ کی بہو یا بہن کی طرف نظر بد سے دیکھے - تو آپ کی یہ حرکت دوسرے کو کیونکر تکلیف دہ نہ ہوگی ؟ ؎

پرناری بینی چھُری مت کوئی کرد پرسنگ
دس مستک راون گیو پرناری کے سنگ

لکشمن جتی اور مہابیر ہنومان جی کے جیون چرتر اس پہلو میں قابل مطالعہ ہیں ٭

نوٹ - انسانی زندگی کی ابتدا میں جبکہ آبادی بہت تھوڑی تھی - ہر شخص کیلئے دس بچے پیدا کرنا فرض اعظم تھا - مگر اب معاملہ دگر گون ہونے سے اس پہلو میں بھی خاص احتیاط کی ضرورت ہے - یعنے اولاد تھوڑی مگر اعلےٰ قسم کی تربیت پذیر ہو - اگرچہ حیوانات کو مختلف قسم کے ناقص حالات (باہمی جنگ - بیماری - دشمنوں کی کثرت - آب و ہوا کے تغیرات وغیرہ) میں رہنے کی وجہ سے قیام نسل کے لئے بکثرت اولاد پیدا کرنیکی ضرورت ہو لیکن انسان کیلئے (جس نے عقل کے زور سے موت کے اسباب کو کم کر دیا ہے) نہ صرف زیادہ اولاد پیدا کرنا ضروری ہی نہیں - بلکہ "جد و جہد ہستی" میں تکلیف دہ ہونے سے مضر ہے - اس لئے گو میراث بزرگانہ کے طور پر وہی جذبہ اس کی فطرت میں مقیم ہو - لیکن دراصل موجودہ حالات میں ایک قسم کی بے آہنگی کا باعث ہونیسے قابل اصلاح ہے - گویا ہر شخص کو اندریوں کے زدھ یعنے "دمن سنیم" کا ابھیاس کرنا چاہئے

(۵) اپریگرہ :- وشیوں کے اکٹھا کرنے - اُن کی رکشا کرنے اور اُنکے ناش میں ہنسا روپ دوش کو دیکھکر جو اُن کا تیاگ ہے اسے اپریگرہ کہتے ہیں - مغربی عالم ابھی جس "سوشیلزم" یعنے دولت کی مساوی تقسیم کے خواب ہی لے رہے ہیں - وہ پراچین آریہ ورت کے رشیوں نے انسانی اخلاق کا ایک خاص جُز قرار دے رکھا ہے - گویا کوئی شخص اپنی ضروریات زندگی سے زیادہ سرمایہ جمع رکھنے کا حق نہیں رکھتا - گو آجکل کے برہمن زادے اکثر بھکشا کو اپنا موروثی پیشہ خیال کر لیتے ہیں لیکن رشیوں کا دراصل یہ فرمان ہے کہ اپنی محنت سے حاصل کی ہوئی اشیاء کو انّ دان یا ودیا دان کی صورت میں دیگر مستحق اصحاب کو دیا جاوے - بقول کبیر صاحب :-

۵ دیہ دھرے کا گُن یہی دیہہ دیہہ کچھ دیہ
کہے کبیرا دیہ توں جب لگ تیری دیہ

چنانچہ انّ دان کے لئے پانچ قسم کے اصحاب مستحق قرار دئے گئے ہیں :-

(۱) وہ لوگ جو کہ حق قرابت رکھتے اور خود کمانے سے قاصر ہوں مثلاً استری

پتر یا ماتا پتا وغیرہ (۲) وُہ عالم باعمل جوکہ بغیر کسی ذاتی فائدے کے صرف عوام الناس کی بہتری کی تجاویز میں مصروف رہیں۔ مثلاً سنیاسی یعنے دھرم اوپدیشک اور وید لوگ یعنے شریر یک روگوں کو دور کرنے والے (۳) وُہ طالب علم جن کو اخراجات ضروری کے لئے روپیہ کمانے میں وقت ضائع کرنیسے تکمیل علمی میں نقصان پہنچتا ہو۔ یا مُفت تعلیم دینے والی پاٹھ شالاؤں کے منتظم (۴) وُہ عیال دار جوکہ قلت آمدنی کی وجہ سے اپنی ضروریات خانگی کو پُورا کرنیسے معذور ہو۔ اور اپنے افلاس کو خلق پر ظاہر کرنا نہیں چاہتا۔ (۵) وُہ اشخاص جوکہ خاص وجوہات سے اپنی حاجت برآری کے سامان مہیا نہیں کرسکتے۔ مثلاً یتیم بچے۔ اندھے وجذامی وغیرہ۔ علاوہ ان پانچوں قسم کے اشخاص کے اور کسی بھکھاری کو دینا چونکہ اس کو سُست اور بدمعاش بناتا ہے۔ اس لئے خیرات کا غلط استعمال کہا جاتا ہے۔ جو شخص باوجود قدرتی قابلیت رکھنے کے کام سے گریز کرتا ہے۔ وُہ کوئی حق نہیں رکھتا۔ کہ دوسروں کے لئے بوجھ ثابت ہو۔ ایسے ناکارہ اشخاص کی سزا ہی یہ چاہیئے۔ کہ وُہ ضروریات زندگی سے محروم ہونے یا جیلخانے میں جاکر اپنی آزادی کھونے کی تکلیف اُٹھائیں :۔

پھل پھول پتوں سے جو دے کُچھ فائدہ درخت
پانی کا مستحق ہی اسے سمجھو نیک بخت

پر پھول پھل نہ سایہ ہی جو ہووے کُچھ مفید
بھٹی میں اسکو پھینکو جو بیٹھے ہی خشک و سخت

اپر یگرہ کے سمبندھ میں "مہابھارت" کی وُہ کہانی قابل غور ہے۔ جس میں ارجن کے ایک تپسوی برہمن سے مہاراجہ یدھشٹر کی طرف سے بہت سا دان دینے کی امید دلا کر یگیہ میں آنے کی درخواست کرنے اور اسکے رو کر انکار کر دینے کی صورت کا اظہار کیا گیا ہے ÷

**نیم :۔** یہ بھی پانچ صورتوں پر منقسم ہے :۔ شوچ ۔ سنتوش ۔ تپ سوادھیائے ۔ ایشور پرندھان +

**(۱) شوچ:-** اس سے مراد دونوں قسم کی پاکیزگی سے ہے۔
(۱) بیرونی صفائی جو کہ آگ پانی ہوا مٹی وغیرہ سے کی جاتی ہے۔ اور جس کا طریقہ پچھلے باب میں بالتفصیل بیان کیا جا چکا ہے (۲) اندرونی صفائی یعنے حواس کو بدعملی سے اور من کو رغبت و نفرت سے پاک رکھنا۔ جس کا بہترین سادھن یہ ہے۔ کہ اندریوں کو بجائے "بھوگ" کے "ودگیان" حاصل کرنے میں مصروف رکھا جائے۔ اور مانسک واچک اور شریرک کرم کرتے وقت فرائض اور حقوق کی نگہداشت کی جاوے۔ منوجی کا کتھن ہے۔ کہ جل سے شریر شُدھ ہوتا ہے۔ ستیہ[۱] سے من پوتر ہوتا ہے ودیا اور تپ سے بھُوت آتما اور گیان سے بُدھی شدھ ہوتی ہے +

**(۲) سنتوش:-** اس سے مراد "استغنار طبع" سے ہے۔ یعنے اپنے کرموں کے پھل سے زیادہ کی اچھیا نہ کرنا۔ چونکہ دیگر قوار انسانی کی طرح لوبھ کی شکتی بھی ابھیاس کرنیسے بڑھتی ہے۔ گویا حریص شخص جتنا دولتمند ہوتا جاتا ہے۔ اُتنا ہی اور محتاج ہوتا جاتا ہے۔ چنانچہ اگر ہفت اقلیم کی بادشاہی بھی حاصل کرلے۔ تاہم اندر لوک کے حصُول کی خواہش میں بےچین رہتا ہے۔ اسلئے اس باطنی تکلیف سے محفوظ رہنے کیلئے ضروری ہے۔ کہ اس سادھن کو کام میں لایا جائے:- ~

گو دھن گج دھن باج دھن اور رتن دھن کان
جب آیو سنتوش دھن سب دھن دھول سمان

ایک دانا کا کلام ہے۔ کہ اگر انسان کو تمام دُنیا کی دولت مل جائے۔ تاہم

---

[۱] وہ سچے قوانین جن کا سنسار میں راج ہے۔ ٹھیک طور پر جان لینے اور ان کے بموجب عمل کرکے حسب منشا نتائج نکالنے یا بالترتیب سائنس اور آرٹ کے نام سے موسوم ہوتے ہیں ۲ اس شلوک میں من سے مراد انفعالی طاقت۔ بھُوت آتما سے ارادی اور بُدھی سے عقلی طاقت ہے +

خوشی اور صحت کی زندگی بسر کرنے کے لیئے وُہ ضروریات جسمانی سے زیادہ نہیں خرچ کر سکتا۔ تو بھلا اگر بقدر ضروریات ہی اس کو میسّر آوے۔ اور تمام دُنیا کے حساب کتاب کا بکھیڑا بطور منیب کے دوسروں کے سر پر ہے۔ گویا مالک کارخانہ کی طرح یہ خود آزاد ہدائت کنندہ بنا رہے۔ اور دیگر اشخاص ملازموں کی طرح اپنے اپنے کام میں مصروف رہیں۔ تو اس سے زیادہ قدرت اس پر اور کیا احسان کر سکتی ہے؟ ؎

حرص قانع نیست بیدل ورنہ اسباب معاش
آنچہ ما در کار داریم اکثرے درکار نیست

بعض اشخاص کو صبر کے معنے سمجھنے میں ایسی غلط فہمی ہوئی ہے۔ کہ وُہ کرم کرنا ہی چھوڑ بیٹھے ہیں۔ اور ابنار جنس پر خواہ مخواہ بوجھ ثابت ہوتے ہیں۔ گویا افراط کے کنوئیں سے نکل کر تفریط کے گڑھے میں گر پڑے ہیں۔ ان کو معلوم ہونا چاہیئے۔ کہ جیسا اپنے کرموں سے زیادہ کی خواہش رکھنا یا خواہشات مادی کو حد سے بڑھا کر دن رات ان کے ہی پُورا کرنے کے لئے کاروبار میں مصروف رہنا غلطی ہے۔ ویسے ہی بغیر کسی کرم کرنے کے پھل کی خواہش رکھنا یعنے کرم کا بالکل نہ کرنا بھی غلطی ہے۔ ضرورت صرف اس امر کی ہے۔ کہ کرم کرے۔ مگر اس کے نتیجے کے لئے بے چین نہ ہو۔ ورنہ بقولیکہ :۔ ؎

جو خالی طمع کے رہیں حرف تین سبھی لالچی پر کہیں حرف تین (ل ع ن)

**(۳) تپ :۔** بھگوان کرشن کے فرمانے کے بموجب (جیسا کہ بھگوت گیتا کے ستارھویں ادھیائے میں ۱۴ سے ۱۹ اشلوک تک تشریح کی گئی ہے) تپ کی تین اقسام ہیں۔ شریرک۔ واچک۔ اور مانسک۔ چنانچہ ماتا پتا وغیرہ صاحب اخلاق بزرگوں۔ برہمن کشتری وغیرہ قوم کے انگوں۔ گورو اور گیانوان اشخاص کی سیوا کرنا حلیمی۔ پاکیزگی۔ برہمچریہ اور اہنسا کے اوصاف سے موصوف ہونا تو جسمانی ریاضت کہلاتی ہے۔ سچی اور لطیف مذاق

سے پرئیے مِیٹھی - اور مفید۔ مگر جذبات نہ بھڑکانے والی گفتگو اور ست شاستروں کا پڑھنا بانی کا تپ کہلاتا ہے ۔ آتم آنند سے زندہ دل اور بشاش رہنا اور دوسروں کے لئے شدھ بھاؤ رکھنا مانسک تپ کہلاتا ہے۔ یہ تینوں قسم کا تپ اعتدال اور اتحاد کا سادھن سمجھکر دلی شوق سے بغیر کسی ذاتی غرض کے کرنا "ساتوک" یعنے اعلےٰ درجہ کا ہوتا ہے۔ لیکن اگر دوسروں کو دھوکا دینے یا اپنی عزت اور تعظیم حاصل کرنے کے خیال سے کیا جائے۔ تو مدامی نہ ہونیسے "راجسی" یعنے متوسط درجے کا ہوتا ہے۔ اور اگر جہالت کی بدولت اس کے عملدرآمد سے اپنے تئیں نقصان پہنچے یا دوسروں کو تکلیف کا باعث ہو۔ تو اسکو "تامسی" یعنے ادنےٰ درجے کا کہا جاتا ہے۔ مطلب مختصر یہ کہ جس طرح آگ میں تپایا جانیسے سونے کا نقص دور ہو جاتا ہے۔ ویسے ہی جن اعمال سے انسان اپنی تکمیل فطرت اور قومی سیوا کر سکے۔ ان کے عملدرامد میں لذات حواس اور بیرونی تکالیف سے لاپرواہ رہنا سچا تپ ہے۔ سوامی دیانند سرسوتی کا بھارت واسیوں کی اودیا دور کرنے کے بھاؤ سے طرح طرح کی مصیبتیں اُٹھانا سچے تپ کی ایک اعلےٰ مثال ہے :- سہ

صاحبدلے بمدرسہ آمد ز خانقاہ ۔ بشکست عہد صحبت اہل طریق را

گفتم میانِ عابد و عالم چہ فرق بُود؟ ۔ تا اختیار کردی ازاں ایں فریق را

گفت او گلیم خویش بروں میبرد ز موج ۔ ویں جہد میکند کہ بگیرد غریق را

(۴) سوادھیائے :- "اوم" کا جپ اور موکش کا راستہ بتانے والے شاستروں کا مطالعہ کرنا سوادھیائے کہلاتا ہے۔ چونکہ "اوم" کے جپ سے مراد اس کے مفہوم پر غور کرنیسے ہے۔ جس کا اظہار چاروں ویدوں کی صورت میں ہوا ہے۔ اس لئے طبعی۔ اخلاقی۔ عقلی اور روحانی چاروں قسم کے علوم پر نگاہ رکھنا اس سادھن سے مراد ہے چونکہ انسان صرف علم کی بدولت ہی اشرف المخلوقات کا درجہ حاصل

کر سکتا ہے۔ اسلئے اس سادھن کی جسقدر بھی بڑائی کی جائے۔ اتنی ہی تھوڑی ہے۔ علاوہ ازیں انسان کی فطرت میں حصولِ علم کے تین دروازوں (حواس۔ عقل۔ بشواس) کی موجودگی صاف طور سے اس امر پر دلالت کرتی ہے۔ کہ یہ سائنس۔ فلاسفی اور مذہب کی تعلیم کا یکساں مستحق ہے۔ اسلئے ہر ایک سِدّھانت کو تینوں قسم کے پرمانوں (پرتیکش۔ انومان۔ شبد) سے مضبوط پاکر قبول کرنا ہی اس کی فطرت کے موزوں اور اس کی ترقی کے لئے مفید ہو سکتا ہے۔ اہل ہند کے لئے آجکل بالخصوص ضرورت ہے کہ اس سادھن کو اپنے جیون کا آدھار بنائیں۔ کیونکہ خواہ مجازی ہو یا روحانی۔ دونو قسم کی آزادی کا انحصار صرف اسی پر ہے ؂

(۵) ایشور پرنی دھان:۔ اس سے مراد ایشور کو اپنے جیون کا آدھار بنانے یعنے اپنی شخصی خودی کو کائینات (وِپی ویراٹ بھگوان) کے ارپن کر دینے سے ہے۔ کیونکہ نہ صرف اپنی ترقی حاصل کرنے کا ہی یہ قدرتی طریقہ ہے بمصداق؎

تا نہ میرد دانۂ اندر زمیں
کے زیک صد میشود تو خود بہ بیں

بلکہ قومی یا نوعِ انسان کی ترقی کا بھی یہی بہترین سادھن کہا گیا ہے۔ بقول کسیکہ:۔

؎ نہ دوگے جان جبتک جاں وطن میں کیسے ڈالوگے
نہ ہو قربان جو خلقت پہ مسیحائے زماں کیوں ہو

یہی عمل تمام مذاہب کا حقیقی معراج ہے۔ اسی کو مسلمانوں میں قربانئے نفس۔ عیسائیوں میں کفارہ اور آرش گرنتھوں میں آتم یگیہ کے نام سے موسوم کیا گیا ہے ؂

اگرچہ بظاہر یہ عمل نہایت ڈراونی صورت میں نظر آتا ہے لیکن بغور دیکھیں۔ تو اس کا مدعا انسان کو ترک راحت کی ہدایت کرنیسے نہیں

بلکہ راحت کی حقیقت ظاہر کرنے اور اس کو مکمل بنانیسے ہے۔ کیونکہ اوّل تو ہر شخص کی راحت کا انحصار اپنی اپنی فطرت پر ہوتا ہے۔ کوئی تو حیوانات کی طرح لذاتِ حواس میں ہی راحت محسوس کرتا ہے۔ اور کوئی اہلِ سائنس کی طرح حصولِ علم یا خود ایثاری میں۔ گویا ہر شخص کا "بہشت کا خیال" اپنی اپنی ضروریات عادات اور حالاتِ زندگی کے لحاظ سے بالکل مختلف ہوتا ہے۔ مثلاً جوان شخص اگر برخلاف بوڑھے اور بچے کے خوبصورت عورتوں کو بہشت کا لازمی جزو خیال کرتا ہے۔ تو افیونی اور شرابی برخلاف صوفی مزاج اصحاب کے اپنی نگاہ میں بہشت صرف اسی جگہ کو کہہ سکتا ہے۔ جہانکہ افیون کے ڈھیر اور شراب کی نہریں بکثرت ہوں۔ اور گرم خشک صحرا کے رہنے والے بہشت کا نقشہ تیار کرتے وقت ضروری سمجھینگے۔ کہ وہاں پر پانی کے چشمے بافراط ہوں۔ علےٰ ہذا القیاس علم دوست اصحاب کا بہشت لائبریری اور لیبارٹوری کے بغیر نہیں ہو سکتا۔ لیکن جس طرح ایک کُتا اس سائنسدان کو بالکل پاگل سمجھ سکتا ہے۔ جو کہ کھانے پینے کی طرفسے لاپرواہ ہو کر پہاڑ کی چوٹی پر سیاروں کی رفتار کا مطالعہ کرنے میں رس پاتا ہے۔ ویسے ہی مادی زندگی میں رس لینے والوں کی نگاہ سے آتم گیانی پورش پاگل کہے جا سکتے ہیں۔ لیکن درحقیقت وُہ اپنی فطرت کے بموجب اس عمل میں اتنا ہی رس پاتے ہیں۔ جتنا کہ حسِ روحانی سے بے بہرہ اشخاص کو اپنی اپنی فطرت کے بموجب عمل کرنیسے ملتا ہے۔ دیگر امر یہ ہے۔ کہ گیان اور آنند کے بھنڈار کا نام ایشور ہے۔ جن امور کے بے نقص ہونے پر فطرتِ انسانی تسکین اور شانتی پا سکتی ہے۔ لہٰذا جسطرح ایک پہلو سے واقفیت رکھنا جہالت اور ہر پہلو سے واقف ہونا عقلمندی میں شمار ہوتا ہے۔ ویسے ہی ایک پہلو سے رس لینا گمراہی اور راحت کا مکمل حاصل کرنا نیکی کا عمل کہا جاتا ہے۔ مثلاً شراب خوری اسی لئے گناہ

ہے۔ کہ وُہ ایک قسم کا سُرور یکر دیگر قوار کو حصول راحت کے ناکارہ بنا دیتی ہے۔ علٰے ہٰذالقیاس دیگر گناہوں کا حال ہے۔ جن کا نتیجہ کسی قدر راحت کے ساتھ تکلیف اور بچینی کی صورت میں حاصل ہوتا ہے۔ اگرچہ کوئی شخص اپنے تئیں بیوقوف اور گنہگار کہلانا یا جاہل اور مصیبت زدہ رکھنا نہیں چاہتا۔ لیکن عملی طور دیکھا جائے۔ تو عوام الناس جو حواس کے طبقے پر ہی قیام پذیر رہ کر گیان اور بھوگ حاصل کرتے اور صرف بیرونی عالم محسوسات کو ہی سچ سمجھتے ہیں۔ وُہ اپنی فطرت کے دیگر پہلوؤں (عقلی۔ اخلاقی اور روحانی) سے لاپرواہ رہنے کے باعث علم حقیقی اور سرور مطلق سے محروم رہتے اور اگیانی اور پاپی کے القاب سے موسوم کئے جانے کے مستحق بنتے ہیں۔ موکش صرف اسی سے حاصل ہو سکتی ہے۔ کہ انسان اپنی فطرت کے تمام طبقات کو کام میں لاتا ہُوا "ایشوری سرشٹی" سے ہم آہنگ کرے۔ جس کا صحیح راستہ صرف "تیاگ" ہے۔ کیونکہ بیج کے درخت بننے کی طرح محدودیت کے تیاگ سے ہی لامحدودیت حاصل ہو سکتی ہے۔ اس لئے حواس کی لذات کا قربان کرنا ہی سمپورن جیون (امر پد) حاصل کرنے کا سادھن قرار دیا جا سکتا ہے۔ صرف حواس کی لذات کو ہی معراج قرار دینا فطرتی ترقی کو روکنا اور موت کا راستہ لینا ہے۔ اخلاق کا مفہوم تیاگ ہی ہے۔ پس یہی ایشور پرنی دھان دھرم اور اخلاق کی آخری منزل ہے۔ جس کی بدولت کہ جزو کُل کا روپ دھارن کر سکتا ہے:۔ ؎

جادۂ راہ بقا غیر از فنا ملتا نہیں

ہے خودی جبتک کہ انساں میں خدا ملتا نہیں

لاکھوں برس کا تجربہ اس امر کا شاہد ہے۔ کہ عالمِ حواس میں "خالص

راحت" کا حصول ناممکن ہے۔ مغربی سائنس کی ترقی سامان راحت
کے ساتھ اسی نسبت سے تکالیف کے احساس کو بڑھا کر اس امر کی
تصدیق کر رہی ہے۔ کہ مادی زندگی بسر کرتے ہوئے تکالیف سے
رہائی محال ہے۔ پس ویدوں کے فرمان کے بموجب اس کے حصول کا
صحیح راستہ یہی ہے۔ کہ اس کو "ترک" کیا جائے۔ لیکن سوال یہ ہے
کہ کیونکر؟ کیا خودکشی سے؟ نہیں۔ بلکہ جس طرح جسمانی صفائی حاصل
کرنے کے لئے غلاظت کو۔ بیداری حاصل کرنے کے لئے حالت خواب کو
جوانی حاصل کرنے کے لئے بچپن کو۔ نیکی حاصل کرنے کے لئے بدی کو حصول
صداقت کے لئے بیہودگی کو۔ عقل کل حاصل کرنے کے لئے جزوی تجربات
کے نتیجے کو چھوڑنا پڑتا ہے۔ ویسے ہی ایشور سرشٹی میں قیام پانے کے
لئے جیو سرشٹی کو تیاگ کرو۔ انانیت اعلےٰ تک رسائی پانے کے لئے
انانیت ادنےٰ سے دست بردار ہو جاؤ۔ گویا دنیا کے ظاہری روپ پر
مست نہ ہو۔ بلکہ اس کی باطنی حقیقت کو جانو۔ اور محسوسات اور معقولات
کو اس "ہستی" کے مظہرات سمجھو۔ جو کہ حواس و عقل سے بالاتر ہے
بالفاظ دیگر مادی اشیاء کے "خیال ملکیت" کو چھوڑ کر تمام جگت کو
ایشور سے ڈھنپا ہوا دیکھو۔ صرف اسی طور پر گلشن عالم میں سیر
کرتے ہوئے ساری عمر تکالیف سے آزاد رہ سکتے ہو (یجروید۔
ادھیائے ۴۰)٭

ے پرستار آب و گل و سنگ باش
بہر رنگ دریا دبیرنگ باش

جس طرح کشتی لڑنے والوں کو وہ لطف نہیں آتا۔ جو کہ تماشا دیکھنے
والے حاصل کرتے ہیں۔ ویسے ہی تصویر کائنات کے نظارے کا
حظ بھی صرف وہی اٹھا سکتے ہیں۔ جو کہ "نشکام" جیون بسر کرتے

ہیں۔ خواہشات سے بھرا ہوا دل نہ صرف کسی کام کو ہی مستقل ارادے سے نہیں کرنے دیتا۔ بلکہ اس لطیف سرور کے احساس سے کبھی محروم رہتا ہے۔ جو کہ صرف اس دل میں عکس پذیر ہو سکتا ہے۔ جس کو اطمینان اور شانتی حاصل ہو۔ المختصر مایا کے جال سے رہائی حاصل کرنے کا یہی ایک طریقہ ہے۔ کہ دماغ کے ساتھ دل کی بھی تربیت کی جائے۔ یعنے اس ایشور کی شرن لی جائے۔ جو کہ ہر ایک کے ہردے میں مخفی ہو رہا ہے۔ بھگوان کرشن کا کتھن ہے:۔

ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति ।
भ्रामयन्सर्वभूतानि यन्त्रारूढानि मायया ॥१८।६१॥

لیکن یہ خیال رہے۔ کہ ایشور پر بشواس لانیسے مراد عقل کو بالائے طاق رکھنے سے نہیں۔ بلکہ عقل کو مکمل کرنیسے ہے۔ کیونکہ جس طرح "عقل حیوانی" ترقی پاکر "دلیل" کی صورت سے انسان میں جلوہ نما ہوتی ہے۔ ویسے ہی "دلیل" ترقی پاکر یوگی میں "الہام" کی صورت قبول کرتی ہے جس کو "تیسری آنکھ" کہا جاتا ہے۔ گویا "الہام" عقل کے برخلاف نہیں ہونا چاہئیے۔ بلکہ جس طرح بچپن کو بڑھاپا مکمل کرتا ہے ویسے ہی "الہام" عقل کو مکمل کرنے والا ہونا چاہئیے۔ چونکہ حواس کی حد محسوسات تک اور عقل کی معقولات تک ہے۔ اسلئے "ایشور درشن" جو کہ ان سے بالاتر ہے۔ صرف "یوگی" کے لئے ہی ممکن ہے۔ چنانچہ یہی وجہ ہے۔ کہ عقل جہاں صرف یہ کہہ سکتی ہے۔ کہ "ایشور ہونا چاہئیے" وہاں یوگی کا یہ دعوےٰ ہوتا ہے۔ کہ "ایشور ہے"۔ اور صرف اسی کے درشن پر نجات حاصل ہو سکتی ہے۔ بھگوان رامچندر جی کے بنوں کو جانے کے بعد بھرت جی کا راج کاج کرنا اس امر کی عمدہ ترین مثال ہے۔ کہ کسطرح انسان سب کچھ ایشور کا سمجھکر اپنے تئیں اس کا کارکن سمجھے۔

اصلی دھرم کا جیون ایشور کے احساس پر ہی مبنی ہے +

## (۲) عقلِ سلیم:-

بھگوت گیتا کے چوتھے ادھیائے میں بھگوان کرشن رموزِ معرفت کا اظہار کرتے ہوئے کردنی اور ناکردنی امور کی وحدت اسطرح پر بیان فرماتے ہیں:-

कर्मण्यकर्म यः पश्येद कर्मणि च कर्म यः॥
सबुद्धिमान्मनुष्येषु सयुक्तः कृत्स्न कर्म कृत॥४।१८॥

ترجمہ:- جو کرم میں اکرم اور اکرم میں کرم دیکھتا ہے۔ وہی منشوں میں بدھیمان ہے۔ وہی تمام کرموں کے کرنے والا یوگی ہے +

چونکہ "کرم" سے مراد نیک اعمال اور "اکرم" سے مراد بد اعمال (جو کہ شاستر کی رُو سے ممنوع ہوں) سے ہے۔ اس لئے اس باریکی کو سمجھنے میں اکثر اصحاب غلطی کر جاتے ہیں۔ جو کہ "عقل سلیم" کے متعلقہ آپنے اس شلوک میں ظاہر فرمائی ہے۔ یعنے علمی اور عملی قوا کے کمال کا انحصار ہی صرف اس بات پر ہے۔ کہ "نیک اعمال میں بدی اور بد اعمال میں نیکی دیکھتا ہو۔" اس لئے ذیل میں اس کا مفہوم ظاہر کیا جاتا ہے:-

مجموعی طور پر دُنیا میں جو تین قسم کی چیزیں پائی جاتی ہیں (۱) شے یا جسم (تموگنی) (۲) حرکت یا فعل (رجوگنی) (۳) قوانین یا علم (ستوگنی) اگر غور سے دیکھا جائے۔ تو ان میں سے کسی کو بھی بالکل بُرا یا بھلا نہیں کہا جا سکتا۔ کیونکہ ہر چیز سے بلحاظ اختلاف تعلقات (مکانی زمانی اور نفسانی) مختلف قسم کے نتائج ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ چنانچہ نہ صرف "مادی اشیاء" ہی جو کہ خاص صورتوں میں زہر قاتل کا حُکم رکھتی ہیں دوسرے حالات میں "آبحیات" کی صورت اختیار کر لیتی ہیں (جیسے

نہ ۱۔ افلاطون کا قول ہے۔ کہ عقل سلیم اگر روحانی صحت تسلیم کی جائے۔ تو خواہشات کا اعتدال اس کی خوبصورتی۔ استقلال و شجاعت اس کی طاقت اور عدل و انصاف اس کی دولت ہے +

سنکھیا خاص امراض میں اکسیر کا اثر دکھاتا ہے) بلکہ "طاقت" کے بہترین ظہور یعنے "علم" کا بھی یہی حال ہے۔ کیونکہ اگرچہ "علم شے بہ از جہل شے" مسئلۂ مسلمہ ہے۔ لیکن شیطان سیرت اصحاب کے پاس اعلےٰ درجے کا علم بھی ان کو مکاری اور ڈاکہ زنی کا مددگار ہونے اور طرح طرح کی مہلک زہریں بہم پہنچانے یا نوع انسان کو دیگر تکالیف دینے میں کام آنیسے بُرا کہا جاسکتا ہے۔ علم کیمیا کی بدولت "بم" کا گولہ بنا کر "انارکسٹ" لوگ آج کل اکثر ممالک میں کیا کیا گل نہیں کھلاتے؟ بقول بیکہ:۔

ع نہالِ شمع میں کیا خوشنما اِک پھول آیا تھا
غضب ڈھایا نسیمِ صبح نے بادِ خزاں ہوکر

حالانکہ برخلاف ان کے فرشتہ خصلت اصحاب کے پاس وہی علم کیمیا نوع انسان کی تکالیف کو کم کرنے اور راحت بڑھانے میں بے شمار طریقوں پر کام دیتا ہے۔ یہی حال "اعمال" کا بھی ہے۔ کیونکہ اگرچہ کسی ذی روح کو تکلیف پہنچانا بدی میں داخل ہے۔ لیکن حفظِ امن کے خیال سے ڈاکو کو "سزا نہ دینا" بدی ہو جاتی ہے۔ بقول سعدی:۔

ع نکوئی با بداں کردن چنانست
کہ بد کردن بجائے نیک مرداں

الغرض تمام اخلاقی اوصاف (یم نیم وغیرہ) کے مستثنیات کو سمجھنا (جسکی بدولت دھرم انوسار یتھا یوگیہ برتاؤ کرنا ممکن ہے) "عقلِ سلیم" کہا جا سکتا ہے۔ کیونکہ سادھارن منش اگر یہ جانتے ہیں۔ کہ مٹھائی کھانا اچھا اور سنکھیا کھانا بُرا فعل ہے۔ تو ڈاکٹر چونکہ ان حالات سے بھی واقف ہوتا ہے۔ جن میں مٹھائی کھانا بُرا اور سنکھیا کھانا اچھا ہوتا ہے۔ اسلئے بمقابلہ دیگر اشخاص کے وہ

عقلمند کہا جاتا ہے۔ اور حق رکھتا ہے۔ کہ جب مناسب سمجھے اپنے مریضوں کو مٹھائی بند کرکے سنکھیا کھانے کی ہدایت کرے یہی بھگوان کے کتھن کا اصلی مطلب ہے۔ کہ جو شخص اچھے کرموں کے تاریک پہلو اور برے کرموں کے روشن پہلو سے واقف ہے۔ وہی منشوں میں بدھیمان ہے۔ حافظ کا کلام ہے:-

؎ بمے سجادہ رنگیں کن گرت پیر مغاں گوید
کہ سالک بیخبر نہ بود ز راہ و رسم منزلہا

زمانہ حال کا مشہور فلاسفر ہربرٹ سپنسر بھی اپنے فلسفے کے شروع میں اسی امر کی طرف اشارہ کرتا ہے چنانچہ وہ لکھتا ہے۔ کہ "نہ صرف ہم اکثر اسی بات کو فراموش کر دیتے ہیں۔ کہ ہر ایک بدی میں نیکی کا بیج مخفی رہتا ہے۔ بلکہ اس سے بھی زیادہ اس امر کو نظر انداز کر جاتے ہیں۔ کہ ہر ایک جھوٹ میں بھی سچائی کا جوہر پوشیدہ ہوتا ہے"۔

چونکہ جو کام ایک کے حق میں بہتر ہوتا ہے۔ اکثر اوقات وہی دوسرے کیلئے بدتر ثابت ہوتا ہے۔ گویا ایک شخص کی غذا دوسرے آدمی پر زہر کا کام دیتی ہے۔ اس لئے بمصداق ع ہر سخن موقعہ و ہر نقطہ مکانے دارد۔ اخلاق حسنہ کو عادت کے طور پر استعمال کرنے کی بجائے ہر ایک امر میں مکمل طور پر غور کرنا بھی لازمی اصول ہونا چاہئے۔ اور کوتاہ اندیشی (مرغوب) کے مقابلے میں دور اندیشی (مفید) کو اور ایک (جزو) کے مقابلے میں بہتوں (کل) کے فوائد کو ترجیح دینا "اخلاق اور عقل" کے مجموعے کا مقصد پیش نظر رہنا چاہئے

عہ دھرم شاستر میں "برہمن" (عاقل) کو قانونی جوابدہی سے بالاتر ظاہر کرنے کا بھی یہی باعث تھا۔ گویا وہ قانون حکومت سے آزاد تھا۔

والدین کا اولاد کی محبت کے باعث اُستاد کی مار کے خوف سے بچّوں کو مدرسے نہ بھیجنا پہلی قسم کی جہالت کا اظہار ہے۔ اور کسی شخص کا روپیہ کے لالچ میں آکر قومی راز کا اظہار کر دینا دوسری قسم کی حماقت کا۔ کیونکہ اگرچہ بذاتہٖ یہ فعل بُرے نہیں لیکن مصلحت سے بعید ہونے کی وجہ سے بچّے کا پیار کرنا اور غیر حکومت سے روپیہ حاصل کرنا بھی گناہ کی تعریف میں آجاتے ہیں:۔ ؎

اگرچہ پیشِ خردمند خامشی ادب است ۔ بوقت مصلحت آں بہ کہ در سخن کوشی

علاوہ ازیں یہ بھی معلوم رہے۔ کہ جس طرح کسی عمل کے اچھّا یا بُرا کہنے یعنی "اخلاق کی تعریف" کی نسبت فلاسفروں کی رائے میں اختلاف پایا جاتا ہے (جیسے "کینٹ" نیت کے نقطۂ نگاہ سے خود غرضی کے فعل کو بُرا اور پروپکار کے کرم کو اچھّا قرار دیتا ہے۔ اور "مِل" نتیجہ کے نقطۂ نگاہ سے سُکھ دینے والے فعل کو اچھّا اور دُکھ کا کارن ہونے والے فعل کو بُرا کہتا ہے۔) ویسے ہی "اخلاق کی بُنیاد" کی نسبت بھی مختلف رائیں ہیں۔ چنانچہ بعض کے خیال میں تو اخلاق کی بنیاد "جذبۂ ہمدردی" پر ہونی چاہیئے۔ اور بعض کہتے ہیں۔ کہ یہ "احساسِ فرض" پر قائم ہونا چاہیئے۔ وغیرہ۔ وغیرہ۔ لیکن جسطرح ایک طرف "ہمدردی" کی وجہ سے ماتا کا بچّے کو کڑوی دوائی نہ پلانا جائز نہیں کہا جا سکتا۔ ویسے ہی دوسری طرف بقول ہربرٹ سپنسر (جو کہ کینٹ کی اخلاقی رائے پر بحث کرتے ہوئے ایک ایسی دنیا کی تصویر کھینچتا ہے۔ جس میں ایسے شخص آباد ہوں۔ جن میں جذبۂ ہمدردی بالکل نہ ہو۔ اور بغیر کسی کو راحت پہنچانے کے خیال کے ایک دوسرے کے ساتھ نیکی کرتے ہوں) وہ دنیا بھی ناقابلِ رہائش ہو جاتی ہے۔ جس میں صرف فرض ہی پر دھیان ہو۔ اس لیئے "اخلاقی نیت" کے

لئے ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ وہ "عقلی ہمدردی" کے چبوترے پر قائم کیا جائے۔ جو کہ علاوہ احساس فرض کے خیال راحت کو بھی اپنے حلقے میں شامل رکھتا ہو۔ مطلب یہ کہ نہ صرف شخصی حیثیت سے ہی بلکہ قومی طور پر بھی وہی چال چلن اچھا کہا جا سکتا ہے۔ جو کہ ایکطرف اگر زندگی کو صحت کی حالت میں قائم رکھے۔ تو دوسری طرف ساتھ ہی تمام فطرتی قوار کی بھی نشو و نما کرے۔ جس میں کہ بمقابلہ ادنےٰ جذبات کے ان قوار کو اعلےٰ درجہ دیا جائے جن کی بدولت انسان اشرف المخلوقات کا درجہ پاتا ہے۔ ورنہ جس طرح بچپن میں کسی کی موت پر ذیل کا شعر کہا جا سکتا ہے۔ ویسے ہی "قوار انسانیت" کے نامکمل حالت میں ہوتے ہوئے دنیا سے چل بسنے پر (خواہ بلحاظ تغیرات موسم وہ سو سال کا بھی کیوں نہ ہو) بھی یہ کہنا موزوں ہوگا:۔ ؎

پھول تو دو دن بہار جانفزا دکھلا گئے
حسرت ان غنچوں پہ ہے جو بن کھلے مرجھا گئے

اسی لئے کہا گیا ہے "بزرگی بعقل است نہ بسال" گویا انسان کا حقیقی مقصد چونکہ تکمیل فطرت ہے۔ اس لئے نیکی وہی ہے۔ جو کہ اس کے حصول میں مددگار ہو:۔ ؎

وہ چال چل کہ عمر خوشی سے کٹے تری ۔۔۔ وہ کام کر کہ یاد تجھے سب کیا کریں
جیسا یہ بتراؤ کہ ہو ذکر خیر ہی ۔۔۔ اور نام تیرا لیں تو ادب سے لیا کریں

چونکہ یہ غرض تب ہی پوری ہو سکتی ہے۔ جبکہ انسان کو پورے طور پر "علم فطرت" حاصل ہو۔ یہی وجہ ہے۔ کہ ایک طرف اگر بھگوان کرشن نے ارجن کو گیتا کے دوسرے ادھیائے میں کرم یوگ بیان کرنے سے پہلے سانکھ یوگ کی صورت میں فطرت انسانی کا نقشہ دکھایا ہے۔ تو دوسری طرف، جرمن فلاسفر کینٹ نے بھی اسی الجھن کو

سلجھانے اور "خالص دلیل" کو "عملی دلیل" کی صورت میں لانیکے لئے قوّت ارادی کو اعلےٰ درجہ دیا ہے - اور کہا ہے - کہ فطرت کا شناٰ کے زیر اثر ہونے کی صورت میں ہم اس کے قوانین کا علم حاصل کریں - اور پھر اس کو اپنے زیر اثر لانے کی غرض سے قوّت ارادی کی بدولت ان قوانین پر عملدرآمد کریں - کیونکہ اسی قوّت کی مضبوطی اور کمزوری پر ہر ایک ہستی کی آزادی کے درجات کا انحصار ہے ؏

(۳) خود مستی ؏ :- چیت کی دو شکتیوں (گیان اور کرم) کی مناسب غذائیت یعنے عقل و اخلاق کا ذکر کرنے کے بعد اب تیسری قوت یعنے "پریم شکتی" کے نشو و نما کرنے والے سادھن کا بیان کیا جاتا ہے - کیونکہ اس کے بغیر بھی منش مکمل صحت کو

؏ - اگرچہ اہل سائینس روح اور خدا کی ہستی سے منکر یا لاپرواہ ہیں - لیکن ہر شخص کے باطن میں قیود عالم سے آزادی پانے اور "سچدانند" کے حاصل کرنے کی خواہش کا ہونا صاف ثابت کر رہا ہے - کہ علاوہ دیگر محدود اشیار کی خواہشات کے انسانی فطرت میں ایک لامحدود شے کی خواہش رکھنے والا "جزو" بھی موجود ہے - اسی کو روح یا آتما کے نام سے موسوم کیا گیا ہے - نیز یہ امر بھی مسلمہ ہے - کہ تمام خواہشات کے مرکز عالم بیرونی میں اُن اشیار کی موجودگی کا نتیجہ ہیں - جو کہ اُن خواہشات کی سیری کا باعث ہوتی ہیں (مثلاً روشنی آنکھوں کا اور آواز کانوں کی پیدائش کا باعث ہے) اس لئے یہ "سچدانند" کے حاصل کرنے کی خواہش اس امر پر دلالت کرتی ہے - کہ عالم حقیقی میں ایک ایسی لامحدود شے بھی موجود ہے - جو کہ حواس کے محدود حلقے میں نہیں سما سکتی - اسی کو ایشور کے نام سے موسوم کیا گیا ہے - تمام مذاہب کی بُنیاد صرف انہی دو اشیار کی حقیقت کے انجھو کرنے پر ہے - نہ کہ لفظوں کی درستی - فقروں کی چستی اور مضمون کی بندش والی کتابوں یا استدلال کی

حاصل نہیں کر سکتا۔ اگرچہ عقل اور اخلاق اُس صورت میں تو اس کی
خوشی کا باعث ہو سکتے ہیں۔ جبکہ وُہ بیرونی دنیا کی طرف متوجہ ہوتا
ہے۔ لیکن ادھر سے دل برداشتہ ہونے پر صرف خود مستی ہی ہے۔ جو کہ اسکی
آنند بھینی اوستھا کا کارن ہو سکتی ہے۔ بلکہ اگر غور سے دیکھا جائے۔ تو

صفائی پر۔ کیونکہ آخر الذکر تمام امور بغیر مذہب کے بھی دیکھنے میں آ سکتے ہیں۔ لیکن بجائے
سچی محبت کے جو کہ حقیقی مذہب کا نتیجہ ہونا چاہئے۔ یہ اکثر باہمی جھگڑوں کا ہی باعث ہوتے
ہیں۔ گویا اگرچہ کسی کے اپنے تئیں "ناستک" ظاہر کرنے پر اہل مذہب اس سے بگڑ جاتے
ہیں۔ لیکن دراصل یہ بگڑنا ہی اُن کے اپنے "ناستک پن" پر دلالت کر دیتا ہے۔ کیونکہ اگر خود اُنہوں
نے روح اور خدا کو انبھو کیا ہوتا۔ تو بجائے خود بگڑنے کے اُن کو بنانے کا انتظام کرتے۔ مطلب یہ کہ
باہمی جھگڑوں کا باعث بالخصوص "جھوٹا" ناستک پن ہے نہ کہ حقیقی مذہب۔ سچی مذہبی زندگی بسر
کرنیوالا شخص تو "پریم سوروپ" پرماتما کے پریم کا ویسا ہی دیوانہ ہوتا ہے۔ جیسا کہ پیاسا مسافر ایک
گلاس پانی کا یا ڈبکی لیتے وقت کسی سے پانی میں دبائے ہوئے سر والا ایک سانس ہوا کا طالب ہوتا
ہے۔ اگرچہ وُہ ذات لامحدود ہے۔ لیکن چونکہ انسانی دماغ کی ساخت ہی ایسی ہے۔ کہ کسی شے کا خیال
بغیر نام اور رُوپ کے کر ہی نہیں سکتا۔ اسلئے اس معراج اعلےٰ تک پہنچنے کا خواہشمند بھی اپنی ترقی
فطرت کے بموجب قدم بقدم ہی چلتا ہے۔ یعنے جسطرح پہلے اپنے تئیں جسم خیال کرتا ہے۔ ویسے ہی
روحانی بھوک مٹانے کیلئے ابتدا میں خاص نام خاص اشیاء مادی (کتب یا مندر و کعبہ وغیرہ) اور
خاص اشخاص (اوتار و پیغمبر وغیرہ) کو تقدیس دیتا ہے۔ گویا جسطرح اعلےٰ خیال تک پہنچانے کی
غرض سے بچے کو کنڈرگارٹن کی کھیلوں سے تعلیم دی جاتی ہے۔ ویسے ہی روحانی کمال کا طالب
پہلا قدم بُت پرستی ہی سے شروع کرتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ باوجود زبردست "بُت شکن" اصحاب کے
ظہور کے بھی یہ عمل تمام مذاہب میں موجود ہے۔ گو مختلف صورتوں میں ہو لیکن جسطرح کوئی شخص
اپنی فطرت سے علیحدہ نہیں ہو سکتا۔ ویسے ہی بُت پرستی کے عنصر سے کوئی مذہب آزاد نہیں ہو سکتا
تمام باہمی جھگڑوں کی بنا صرف یہ غلطی ہے کہ ہر شخص اپنی تصویر دیکھنے کے شوق میں دوسروں کو
اپنی فطرت کے نقطۂ نگاہ سے موزون دیکھنا چاہتا ہے۔ حالانکہ ضرورت یہ ہے۔ کہ ہر شخص کو

خواہ عالم حواس کی لذات ہوں یا عالم خیال کی خوشیاں۔ ان تمام کا ہی راحت بخش اثر صرف اس صورت میں انجھو ہوتا ہے جبکہ انسان کی دو غیر بین آنکھ بند ہو چکی ہو۔ بالفاظ دیگر وہ ایکاگرتا کی بدولت اہنکار کی حد سے بالاتر یعنے خود مستی کی چوٹی پر پہنچ چکا ہو۔ ع

پس از سی سال این نکتہ محقق شد بہ خاقانی کہ یکدم با خدا بودن بہ از تخت سلیمانی

چنانچہ یہی وجہ ہے کہ نہ صرف اہل ہنود میں ہی سندھیا وغیرہ سادھنوں کو دھرم کا ایک اعلےٰ جزو قرار دیا گیا ہے (جن کے عمل میں لائیے خیالات دنیاوی ارادتاً من سے باہر کرنے کی مشق ہوتی ہے تاکہ انسان میں اپنی ذات پر بھروسہ کرنے کی قابلیت پیدا ہو) بلکہ دیگر مذاہب میں بھی نماز، عبادت، مراقبہ وغیرہ کی صورت میں ہر شخص کے لئے توجہ کو خیالات عالم سے علیحدہ کرنے پر زور دیا گیا ہے۔ بقولیکہ۔ ع

جُدا شو از دو عالم تا توانی با خدا بودن کہ دارد در دہر بسیار با خلق آشنا بودن

دیگر عقلی طور پر بھی یہ خیال ہو سکتا ہے کہ جسطرح عالم خیال میں ترقی حاصل کرنیکے لئے عالم حواس کا فراموش کرنا ضروری ہے۔ ویسے ہی اس سے بالاتر

بقیہ حاشیہ۔ اسکی اپنی نیچر کے نقطہ نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔ آم اور آک کا درخت اپنی اپنی فطرت کے بموجب ہی ترقی پاتا ہے۔ اسلئے اپنے تئیں جسم سمجھنے والا مجبور ہے کہ بت پرستی کرے۔ اور اندرونی محسوسات میں پھنسے۔ تاوقتیکہ عالم حواس سے مایوس نہیں ہو جاتا۔ وہ باطن کی طرف نہیں لوٹتا۔ حالانکہ اصلی مذہب صرف شروع ہی اس وقت ہوتا ہے گویا بت پرستی ہی ہے۔ جو کہ خواہشات نفسانی سے صفائی کا باعث ہوتی ہے۔ بعدہٗ زنگار سے صاف شدہ لوہے کے مقناطیس کی طرف کشش کئے جانے کی طرح اپنے سرچشمہ کی طرف تو روح خود بخود دوڑتی ہے۔ اور یہ انجھو کرتی ہے کہ گیان اور کرم کا تعلق صرف بیرونیات سے ہی ہے جہانتک شانتی کا حصول ناممکن ہے۔ شانتی صرف خود مستی میں ہے۔ تمام نیک و بد افعال اس عشق ذاتی کے ہی مظہرات ہیں۔

منزل شانتی پد میں پہنچنے کے لئے لازمی ہے کہ عالم خیالات کی حرکات کو بند کر کے تعلقات کائنات سے رہائی حاصل کی جائے چنانچہ نیند کی حالت میں بغیر کسی قسم کے بیرونی سامان کے "عالم فراموشی" (آنند مے کوش) کی راحت اظہرمن الشمس ہے لیکن چونکہ یہ حالت حد اعتدال سے گذر جانے کے باعث "اودیا" یعنے غفلت کی صورت میں نمایاں ہوتی ہے۔ اسلئے اگر اس "عالم فراموشی" کے ساتھ "عالم آگاہی" بھی شامل ہو۔ بالفاظ دیگر قدرت کی دو متضاد مانسک شکتیوں کو ایک ہی وقت میں بصورت ویراگ و ابھیاس مل کر جلوہ دکھانے اور من کو "سامیہ اوستھا" میں آنے کا موقعہ دیا جائے۔ تو اس "عالم بیخودی" (سمادھی) کی راحت کے بہترین ہونے میں کیا شبہ ہو سکتا ہے۔ "خودمستی" کا اعلے ترین شکتی ہونا اسطرح پہ ظاہر ہے کہ جہاں عوام الناس کے اپنی کمزوریوں کے باعث دوسرونکی مدد کا محتاج ہونیسے انسان کو قدرتی طور پر ہی "سماجک ہستی" کہا جاتا ہے۔ وہاں سورج کی طرح پرکاش سوروپ سنیاسی مہاتما آتم آنند سے بھرپور ہونے پر ہمیشہ تنہائی کو پسند کرتا ہے۔ گویا اگر سوسائٹی کا خواہشمند ہونا باطنی کمزوری پر دلالت کرتا ہے۔ تو خلوت پسندی اندرونی شکتی کی مظہر ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ایسا پورش جسم روپی نودوار کے شہر میں رہتے ہوئے بھی اپنی ذات پر اتنا بھروسہ رکھتا ہے کہ پرماتما تک سے بھی مطلب نہیں رکھتا

بقول شخصے:

میں نے مانا دہر کو حق نے کیا پیدا ولے
میں وہ خالق ہوں میری کن سے خدا پیدا ہوا (رام تیرتھ سوامی)

دیگر:

مجھ سے جپوں نہ کر جپوں اُر سے جپوں نہ رام
رام سدا ہمکو جپے ہم پائیں بسرام (کبیر صاحب)

"

شاہ حقیقت بودہ ام دریائے حکمت بودہ ام
تو بدانکہ باشد پیش من عاشق دیرینہ ام (شمس تبریز)

دیگر:- ع جا کر پال سرو گیہ کو ہیتے دھیاوت مُنی دھیان
تا کو ہوت اوپادھی تے موہیں متھیا بھان (وچار ساگر)

مہاتما بُدھ کا دُنیا کی تہائی آبادی کے دلوں پر حکومت کرنا صاف مظہر ہے۔ کہ آتم وشواس اور خودمستی کی طاقت بمقابلہ مادی طاقت کے کتنی اعلےٰ ہے۔ جسطرح باوجود تمام چوپایوں سے زیادہ طاقتور ہونے کے بھی "ہاتھی" صرف اپنی ذات پر وشواس نہ رکھنے سے (جیسا کہ ان کے ٹولیوں کی صورت میں رہنے سے ظاہر ہوتا ہے) شاہِ حیوانات کا درجہ شیر کے سپرد کر دیتا ہے۔ جو کہ قد و قامت میں اس سے خواہ کتنا بھی چھوٹا ہے لیکن اپنے آپ پر بھروسہ رکھنے سے ہمیشہ تنہائی پسند ہوتا ہے۔ ویسے ہی صرف اس "خودمستی" کی بدولت کوپین بند ہونے پر بھی سچا سنیاسی اتنا اعلےٰ درجہ پاتا ہے۔ کہ مہاراجوں سے بھی تعظیم کا مستحق ہوتا ہے۔ بقول کسے:- ع

فرق ہے شاہ و گدا میں قول شاعر سے یہی     شیرِ قالیں اور ہے شیرِ نیستاں اور ہے

"یاگیہ ولک" رشی اپنی پیاری "میتری" کو سنسار میں راحت حاصل ہونے کا باعث اس "خودمستی" کو ہی ظاہر کرتے ہوئے فرماتے ہیں۔ کہ "استری استری کی خاطر پیاری نہیں۔ بلکہ آتما کی خاطر۔ خاوند خاوند کی خاطر پیارا نہیں۔ بلکہ اپنی خاطر"۔ علےٰ ہذا القیاس دُنیا کی خواہ کوئی شے ہو۔ وہ بذاتہٖ اس شے کے لئے پیاری نہیں۔ بلکہ آتما کی خاطر۔ اسلئے یہی آتما سُننے سوچنے اور بچار کرنے کے لایق ہے۔ اسی آتما میں مست ہونے پر نہ صرف انسان کو کچھ کرنے کے لئے نہیں رہتا۔ بلکہ اسی کی بدولت موت پر فتح حاصل کر سکتا ہے اور بس ۔ اپنے جسم کا از حد پیارا ہونا دراصل اسی امر پر منحصر ہے۔ کہ غلطی سے ہر ایک اپنے تئیں "جسم"[علہ] ہی خیال کرتا ہے۔

علہ علم معرفت سے ظاہر ہوتا ہے۔ کہ انسانی علم کے تین درجات ہیں۔ پہلے درجے میں تو ہر ایک شے کو ایسا "سچا" سمجھتا ہے۔ کہ خواہ باقی تمام دنیا رہے یا نہ رہے لیکن وہ شے (مثلاً میز وغیرہ) اپنی

الغرض کثرت فراموشی ہو یا وحدت پرستی۔ دراصل یہ "خود مستی" ہی ہے جس کی بدولت عالم حواس یعنے سنسار کے مادی پدارتھوں میں بھی آنند کی لہر بجلی کی چمک کی طرح جلوہ دکھا جاتی ہے۔ بقول مصنّف :-

کوئی پیتے ہیں بھنگ اور کوئی وسکی رم اور تاڑی ہیں
کوئی ہیں دم لگاتے اور کوئی دم چڑھاتے ہیں

بیاباں اور پہاڑوں میں کوئی جیون گنواتے ہیں
کوئی بن بن کے سنتا نے پربھو کی گیت گاتے ہیں

تلاش یار میں اور وحشت سے دکھ اٹھاتے ہیں
کوئی شیریں کیلئے طرکوہ سے دریا بہاتے ہیں

سبھی دانا و جاہل در پہ جسکے سر جھکاتے ہیں
یہی دیوانگی ہے سب کھنچے جسطرف آتے ہیں

سمجھ لوگے کہ پایا آج ہم نے نشۂ ہستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

اسی کی چاہ میں بلبل بنا گل کا ہے دیوانہ
بنایا سرو پہ قمری نے اس لالچ میں کاشانہ

اسی کے عشق میں دیکھا شمع پہ جلتا پروانہ
نگندھی اپنی کا ہر سو پھرے ہے مرگ مستانہ

جنوں مجنوں کو تھا اسی کیا لیلیٰ سے یارانہ
اسی کے لطف سے آباد دیکھا ہے سنیخانہ

دکھائی دیو جانس نے اسی سے رمز شاہانہ
تیاگا راج اوڑھی بدھ نے چادر فقیرانہ

بلندی جاہ و منصب کی تمہیں معلوم ہو پستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

ویراگی گیروا دھارن کر کوئی ڈھونڈھے ہے گنگھٹی
کسی نے کان پھڑوائے کوئی کہلائے اوداسی

کوئی گھر کو دوڑے اور کوئی ہو جا بسے کاشی
کسی کے روپ اوبھت پہ ہے جگ میں رہی ہانسی

---

بقیہ حاشیہ۔ ہستی میں ہی بسی ہو رہیگی۔ دوسرے درجے میں اسکو یہ معلوم ہوتا ہے۔ کہ تمام اشیاء عالم کی ہستی کا انحصار ایک دوسرے پر ہے۔ مثلاً وزن کا کشش ثقل پر۔ رنگ کا روشنی پر وغیرہ۔ تیسرے درجے میں پہنچکر اسے یقین ہوتا ہے۔ کہ حقیقی ہستی صرف ایک آتما ہی ہے۔ باقی تمام "نام روپ" جگت سمندر کی لہروں کی طرح اسی کے مظہرات ہیں۔ ہاں البتہ انسان اگر اُدھر کو خیال نہیں لاتا ہے۔ تو حقیقتاً (رسی) نظر سے اوجھل ہو جاتی ہے۔ اگر حقیقت دیکھتا ہے تو اوصاف (سانپ) روپوش ہو جاتے ہیں۔ یہی معاملہ جسم اور آتما کا ہے +

کرے تیرتھ برت کوئی کسے مورت کی پوجا سی — کوئی پوچھے گورو جی سے کہ کیسے یہ چوراسی ؟
کوئی ہے گھر میں رہتا کوئی بن بیٹھا ہے بن باسی — اسی سودا کے سودائی ہیں راجے اور سنیاسی

بنے جنگل میں منگل اور تنہائی بنے بستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

اسی کا عکس ہے جو شیشہ میں کچھ لطف آتا ہے — بدولت اسکی ہی بدشکل بشاد نکو بتاتا ہے
وسیلہ کرکے معشوقوں کا عاشق حظ اٹھاتا ہے — تو اپنے کار میں ہر پیچ و تاب ہی کھاتا ہے
خوشامد کرنیوالا وصف جب اپنے سناتا ہے — لگے پیارا اسی باعث کہ اسکا منہ دکھاتا ہے
اسی سے نیند کا رس ہر بشر کا دل لبھاتا ہے — وصال حق کا طالب بھی اسی دریا میں نہاتا ہے

نہ شیطاں کر سکے پھر آپ کے دل پہ زبردستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

بڑائی نیکنامی اور شجاعت نکتہ دانی میں — انا الحق کی صدا اٹھی اور طرز بیت کی روانی میں
بزرگوں اولیاؤں اور رشیوں کی کہانی میں — اسی نے جلوہ دکھلایا ہر اک مذہب کے بانی میں
غرض خوبی اسی سے ہے نئی میں اور پرانی میں — ہے سدا اک سا یہی بچپن بڑھاپے اور جوانی میں
یہی ہے گھونٹ امرت کا جگت جنجال فانی میں — مٹے ہے کال کا خدشہ اسی سے زندگانی میں

بدل میں ساری ترلوکی کے بھی قیمت یہ ہے سستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

اٹھو جاگو نہ دم لو جب تک پہنچو نہ منزل پر — بنا ہر حال اپنا نظر آتا ہو نہ کیوں ابتر
وہائی جال سے مایا کے سر بن جتنے ڈوبر — اسی پر موکش بھی ہے سوارتھ اسکا ہی ہے مظہر
غلاموں کو بناتی ہے شہنشاہوں کا یہ ہمسر — مساوات اور محبت کے پلادی جام یہ بھر بھر
نہیں مادہ پرستی کا علاج اور عشق بن اندر — دکھا کر روپ چیتن کو بناتی ہے تو چاکر

نظر ہر روپ میں آئیگی اپنی ہی تمہیں ہستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

۱؎ ویدک دھرم کی عظمت تمام مذاہب کا مطالعہ کرنیسے اسطرح ثابت ہوتی ہے (۱) کہ جہاں

کہا گیتا میں ہے اُسنے نہیں جسکا کوئی ثانی — کہیں گردش زمانہ کی سے ہو گر دھرم کو ہانی
بچانے آتما کے پُوجا مایا کی سے بنے برانی — ہو نفرت تیاگ سے اور بھوگ کی سب کو قدر دانی
سنائی ہر طرف دی پریم کی جا کر وِدھ کی بانی — گھٹا گنگا گیان سی مایا کی بڑھے پاپ کا پانی
کروں پرکاش سے تب آتما کیوں مہربانی — دکھاؤں ان کو پنتھا جو کہ ہوں مُکتی کے ابھمانی

نظر آئے نہیں کبھی اس صداقت کی زبردستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

یہی مستی تھی ویدک رشیوں کے حصے میں جو آئی — نمائش اس کی ہی اپنشد و یاسی جو کہلائی
بدولت اسکی ہی عظمت تھی آریہ ورت نے پائی — اسی کی مہما ہے جو وید ویاس اور کرشن نے گائی
جہالت اور کمزوری کو کاٹے جڑ سے یہ بھائی — اسی کی شکتی کا اظہار تھی شنکر کی گویائی

بقیہ حاشیہ۔ دیگر مذاہب خاص اصحاب کی شخصیت سے تعلق رکھتے ہیں۔ وہاں یہ قدرتی اصولوں پر مبنی ہے۔ جو کہ مختلف رشیوں نے ظاہر فرمائے ہیں۔ اسلئے اگر تاریخی واقعات کی غلطی ثابت ہونے پر دیگر مذاہب کی دیوار کا بنیادی پتھر نکل سکتا ہے۔ تو ویدک دھرم کو کسی قسم کا خدشہ نہیں ہو سکتا۔ دیگر۔ عالمگیر ہونا بھی اصولوں کا ہی ممکن ہے۔ تمام دنیا کسی شخصیت کو اپنا معراج نہیں بنا سکتی۔ باینہمہ ویدک دھرمیوں کو بلحاظ اپنی فطرت کے "اشٹ دیو" دھارن کرنے کی بھی اجازت ہے جسکو وہ تمام دیگر دیوتاؤں سے اعلےٰ درجہ دیکھتا ہے۔ اُس "اشٹ دیو" کا اول تو جیون ہی کرشن کی طرح ویدک اصولوں کا عملی مظہر ہوتا ہے۔ دیگر۔ تاریخی تحقیقات اگر اسکی تصدیق نہ بھی کرے تاہم بنیادی اصولوں پر کوئی حرف نہیں آسکتا۔ (۲) علاوہ ازیں۔ یہی مذہب ہے۔ جو کہ مغربی سائنس کی تحقیقات سے نہ صرف متضاد ہی نہیں۔ بلکہ عین موافق ہوتے ہوئے ایک قدم آگے رہتا ہے۔ کیونکہ اسنے باطنی عالم کا صدیوں پہلے روحانی توحید کی صورت میں پرکاش کر رکھا تھا۔ جو کہ سائنس نے بیرونی عالم کا مطالعہ کر کے اب مادی وحدت کا اظہار کیا ہے۔ (۳) تمام مہذب ممالک میں قومی وحدت کا احساس اور خواہش آزادی کا زور دل پر ہونا اسی کی عملی تقلید ہے۔ جو کہ وحدتِ عالم اور موکش کو معراج قرار دیتا ہے + (۴) "بقاء بہترین" کے مسئلہ کے بموجب آغاز عالم سے آج تک

بغیر اسکے نہیں ہو سکتی ہے سائنس سکھلائی ہے کرتا خودکشی قوم آہ دیکھو جسکو دکھلائی
بنیگی گھر کی مالک جو بنوں میں تھی کبھی بستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

"بقا بہترین" کا شور ہے ہر سو زمانے میں نہیں ظالم کو دکھ ہوتا کسی کا دل دکھانے میں
سنے نالے ہزاروں کے اگرچہ چھپانے میں وہ کب بامراد ہوتے ہیں کوئی گل کھلانے میں
ہزاروں سال ضائع کر دئیے آنسو بہانے میں نہ آیا ہاتھ جز افسوس ہمکو ہاتھ کھانے میں
نہیں کچھ دیر لگتی مقصد اپنا انکو پانے میں جو دیکھیں ایک حقیقت آں دوئی کی آزمانے میں
بلندی سے بدل جائے ابھی تقدیر کی پستی
کرو اکبار گر حاصل جسے کہتے ہیں "خود مستی"

بقیہ حاشیہ۔ اسکا زندہ رہنا بھی اسکی برتری کا مظہر ہے۔ کیونکہ جہاں بیرونی سامان کی کثرت پر ناز کرنے والی اقوام (مصر بابل۔ یونان۔ روما اور فارس وغیرہ) کا نام صفحہ ہستی سے حرف غلط کی طرح مٹ گیا ہے۔ وہاں اس آتم تیاگ کو ورثہ میں پانیوالی ہندو قوم اپنی جنم بھومی میں کروڑوں کی تعداد میں تا حال موجود ہے یہی قوم اگر اسلام کی ترقی میں دیوار چین سے بڑھکر حائل ہوئی۔ تو سائنس سے مغلوب شدہ عیسائیت بھی اسی کی مدد کی محتاج ہو رہی ہے۔ خواہ وہ بائیبل کو اوپنشدوں کے رنگ میں ظاہر کرے۔ یا بھگوت گیتا کے مطلب حقیقت سے ہے (۵) مسئلہ توحید کا عملی اظہار جیسا اس مذہب کے پیرووں سے ظاہر ہوتا ہے۔ وہ تمام دنیا کی موجودہ ضرورت ہے۔ کیونکہ نہ صرف یہ اپنے مخالف مذاہب کی مسجدیں اور گرجے وغیرہ بنانے میں ہی مدد کرتے ہیں۔ بلکہ سماجک حیثیت میں جس کو اچھوت بھی سمجھتے ہوں وہ غیر مذہب میں داخل ہوتے ہی اس کی خاص طور پر عزت کرتے ہیں۔ گو یہی خوبی ان کی کمزوری ہے۔ مگر "پریم" کو بہترین وصف قرار دینے سے کون انکار کر سکتا ہے۔ ضرورت صرف یہ ہے کہ سماجک حیثیت میں بھی اسی وسیع خیالی کا اظہار کیا جاوے +

## دوم۔ نامناسب اشیا کا تیاگ

تپت کے سمبندھ میں اس اصول سے مراد گناہ صغیرہ کے پراشچت سے ہے۔ یعنے جس طرح کسی غیر منہضم شے کے کھائے جانے سے مسہلات کا استعمال ضروری ہوتا ہے۔ ویسے ہی لازمی ہے۔ کہ جو تکالیف بامر مجبوری ہم اپنے متعلقین کو پہونچاتے ہیں۔ ان کے بالمقابل موجب راحت بھی ثابت ہوں۔ بالفاظ دیگر قدرتی قرضے (دیوین) سے سرخروئی حاصل کرکے اپنے آپ کو پاک صاف رکھیں۔ لیکن پیشتر اس کے کہ ہم ان قرضوں سے سبکدوش ہونے کا طریقہ سوچیں۔ ہکو ان متعلقین سے واقف ہونا ضروری ہے۔ جن کو ہم سے بلا ارادہ نقصان یا تکلیف پہونچتی ہے۔ یا جن سے ہم طبعی طور پر فائدہ اٹھانے کے لئے مجبور ہیں۔ چنانچہ قدرتی طور پر ہمارا علمی رشتہ دو عالموں سے ہے: (۱) عالم بیرونی (ناسوت)۔ (۲) عالم اندرونی (ملکوت)۔

(ا)۔ ان میں سے عالم باطن کا تعلق ہمارے منبع خیالات سے ہے لیکن جس طرح باوجود ہر قسم کے مادے کی موجودگی کے زمین میں جس قسم کا تخم بویا جاتا ہے۔ وہ اپنے مناسب فطرت مادے کو ہی جذب کرتا ہے۔ ویسے ہی عالم باطن میں "رحمانی اور شیطانی" دونو قسم کے خیالات کا خزانہ موجود ہے۔ لیکن ہر شخص ان میں سے بلحاظ اپنے مادہ قبولیت کے کشش کرتا ہے۔ بقول مصنف

ہوتا ہے فرق بیج میں ورنہ ہے بارش ایک　　باغوں میں پھول کھلتے ہیں بنجر میں جھاڑیاں
یاں چیز کون سی ہمیں چین نہ ملتی تھی؟　　غیروں نے پر بنائیں کلیں ریل گاڑیاں

مطلب یہ کہ جو لوگ پابند جہالت ہونے کی وجہ سے اپنے دماغ سے بُرے خیالات پیدا کرنے کے عادی ہیں۔ گویا جنہوں نے اپنے دماغ کو بُرے خیالات پیدا کرنے کا اوزار بنا رکھا ہے۔ ان کے دماغ پر تو زبردست قوت ارادی والے بدکار شخص بھی غلبہ پاکر بُرے خیالات پیدا کرانے میں کامیاب

ہونگے۔ (جس کی غیر معمولی حالت میں دیو بھوت یا آسیب وغیرہ کا لگ
جانا کہتے ہیں) اور یہ خیالات ان کے جو شخص اپنے دماغ سے نیک خیالات
پیدا کرتے رہتے ہیں۔ گویا جنہوں نے صرف نیک خیالات کے ہی پیدا کرنے
کی قابلیت پیدا کر رکھی ہے۔ ان سے بدکار شخص تو کام لینے سے ناکام رہتے
ہیں۔ لیکن زبردست قوت ارادی والے نیک اشخاص کے خیالات خودبخود
ادھر کھنچے چلے آتے ہیں (جن کے اظہار کمال کی صورت میں کسی دیوتا
کا ظہور یا بھگوان کی کلا کا اوتار لینا کہا جاتا ہے) ۲ اب جس طرح غیر اشخاص
کے خیالات اپنے دماغ پر کام کر جاتے ہیں۔ ویسے ہی اپنے خیالات دیگر
اشخاص کے دماغوں پر عمل کرتے ہیں۔ اسلئے اگر کوئی شخص برے خیالات
پیدا کرنے کا عامل ہوتا ہے۔ تو نہ صرف وہ اپنے لئے ہی مضر کام کرتا ہے
بلکہ دوسروں کے لئے بھی برے افعال میں مددگار ہوتا ہے۔ جس کے نتیجے
میں نہ صرف اپنے ہی افعال کا مختار (پھل بھوگنے والا) بنتا ہے۔ بلکہ
دوسروں کے برے افعال کا بھی حصہ دار ٹھہرتا ہے۔ کیونکہ وہ تو اپنے
کرموں کا پھل بھوگینگے۔ اور یہ چونکہ برے خیالات پیدا کرنے والا ان کو بد
افعال کے لئے تحریک کرنے کا موجب ہوتا ہے۔ اسلئے اہانت جرم کی
سزا کا ذمہ وار قرار پاتا ہے۔ جس سے بچنے کے لئے ضروری ہے۔ کہ
نیک خیالات سے ان برے خیالات کا پرائشچت کرے۔ نیز جن لوگوں
کے نیک خیالات سے متحرک ہو کر نیک کرم کرنے کی وجہ سے نفع اٹھایا ہے
ان کا قرضہ نیک خیالات کی لہریں پھیلانے کی صورت میں (جیسے شمع سے
روشنی پھیلتی ہے) ادا کرے۔ علاوہ ازیں کمزور اور محتاج اشخاص کی
بیرونی امداد کرنے کی طرح ہی ہر شخص کا فرض اعظم ہے۔ کہ برے خیالات
پیدا کرنے والے گمراہ اشخاص کو ان کی ذاتی کمزوری کے بد نتائج سے
بچانے کے لئے نیک خیالات کی لہریں ان کے دماغ کی طرف بھیجے تاکہ وہ

ان سے طاقت اور روشنی پاکر نیک خیالی کی طرف مائل ہوں۔

**ب**:۔ عالم بیرونی کا تعلق بالخصوص ہمارے جسم سے ہے۔ اور اس میں ذیل کی اشیا طبعی طور پر ہمارے تعلق میں آتی ہیں:

(۱) سادہ مرکبات یعنے ہوا۔ پانی وغیرہ۔ (۲) نباتات جن سے پھل پھول اناج کپڑے (سوتی) اور لکڑی وغیرہ کا فائدہ اٹھایا جاتا ہے۔ (۳) حیوانات جن سے دودھ گھی وغیرہ اغذیات۔ اون پشم ریشم وغیرہ کے کپڑے اور سواری۔ باربرداری یا کھیتی وغیرہ کے کام لئے جاتے ہیں (۴) انسان جن میں سے پہلے تو والدین ہیں۔ جو کہ پیدا ہوتے ہی ہماری بے بسی کے عالم میں اپنی راحتوں کو ہمارے آرام کی خاطر قربان کرتے ہیں۔ تا وقتیکہ ہم خود اپنی حفاظت کے لائق نہ ہو جاویں۔ دوسرے وہ گیانوان مہاتما ہیں۔ جو کہ بغیر کسی شخصی فائدے کی امید کے تکلیفیں اٹھاتے ہوئے یعنے تمام جسمانی خوشیوں کو خیرباد کہہ کر جابجا گھومتے ہوئے بذریعہ ست اپدیشوں کے ہمیں اودیا کے اندھیرے سے نکال کر سچی روشنی کیطرف رہنمائی کرتے ہیں

چونکہ مذکورہ بالا ہر دو عالم کے قرض سے سبکدوش ہونے کے طریقوں کو آریہ گرنتھوں میں "پنچ مہایگیہ" کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ اسلئے انہی اصطلاحات کو قائم رکھتے ہوئے ذیل میں مختصر طور پر ان کے معنے بیان کئے جاتے ہیں:۔

**(۱) برہم یگیہ** اس سے غرض عالم خیال کے قرضے سے نجات حاصل کرنا ہے۔ چونکہ کائنات مجموعی طور پر دیوات دگیان کا سورج کہی گئی ہے۔ اسلئے اس کی بہتری اور بہبودی کے خیالات پیدا کرنا برہم یگیہ یا سندھیا وغیرہ اسماء سے موسوم ہوتا ہے۔ اس عمل کی ترکیب یہ ہے۔ کہ ہر روز صبح اٹھکر قدرتی حاجات سے رفع کرنے اور اشنان وغیرہ کے بعد تنہائی میں آسن جمائے۔ اور اپنی شخصیت کے خیال کو دور کرکے اپنے تئیں تمام کائنات کا جزو خیال کرے۔ اور جس طرح جاہل شخص اپنی مادی

ترقی کی تجاویز سوچنے میں مدہوش رہتا ہے۔ جیسے ہی اُجیاسی ''کل دنیا کی بہبودی اور راحت رسانی کی تدابیر کے متعلقہ مضامین پر غور کرے۔ اور شخصی رنج وراحت کے خیالات سے بالاتر ہو کر اپنی زندگی کو فرائض کی لڑی سمجھتا ہوا کائنات کی مشین میں ایک چلتا پرزہ بننے کی قابلیت پیدا کرے تو ایک گھنٹہ اس مضمون پر غور کرنے کے بعد اسی خیال کے بموجب دن بھر اپنی نشکتی الوسار عمل کرتا ہوا شام کو پھر اسیطرح خلوت نشین ہو کر اپنی روزانہ کارروائی پر نظر ثانی کرے۔ اور یہ دیکھے۔ کہ میں نے آج پراد پکار کے منت کس قدر کام کیا ہے۔ بالفاظ دیگر آج کا دن کس قیمت پر نیلام یا فروخت کیا ہے؟ اگر صرف پیٹ کے دھندوں میں ہی مصروف رہا۔ تو در اصل اس کے معنے یہ ہیں۔ کہ انسانیت کے جوہر کو حیوانی نرخ پر ہی کھو دیا کیونکہ اپنا پیٹ تو پشو بھی ادھر ادھر سے چر کر بھر لیتا ہے:۔

گر نعمتیں کھاتا رہا دولت کے دستر خوان پر | میوے مٹھائی دودھ گھی حلوا ترشی اور نمک
یا بندھ بھوکا بھیک کی ٹکڑے کے اوپر دھر نظر | ہو کر گدا پھرتا رہا گو جید بکو چہ در بدر

گر یوں ہوا تو کیا ہوا اور وہ ہوا تو کیا ہوا!

منش کی فضیلت تو صرف مادی طاقت کو مانک نشکتی کی صورت دینے میں ہی ہے۔ جو کام کہ کسی دوسری مشین سے حاصل نہیں ہو سکتا۔ اسلئے ہر فرد بشر کے لئے ضروری ہے کہ اپنی تکمیل فطرت کے نقطہ نگاہ سے اپنے تئیں پرماتما کا اوزار بناوے۔ بالفاظ دیگر اپنی قابلیت کو حتی المقدور بہتر سے بہتر پیرایہ پر دوسروں کے لئے کارآمد بنانے اور دوسروں کی بھلائی کے خیالات میں خرچ کرے۔ بقول مصنف:۔

الفت سے اپنی قوم کے سرشار جو رہے | وہ شیر ہی ہے۔ غیروں کا خونخوار گو رہے
کتنا ہی پلید جو دشمن ہے قوم کا | انسان کا خواہ کتنا وفادار ہو رہے
ہمدو ہندایت [illegible] | ڈاکو ہے عام رضا میں بیزار ہو رہے

سردار کا خطاب بہادر کو قوم دے — خوبی کا سر سدا جو سردار ہو رہے
گو عمل ایک سے ہیں پر تیرا اور مزا ایک — پتنیں قبلا وہ قوم کا غمخوار جو رہے

چونکہ ویدوں میں عالمگیر دھرم کے اصول بیان کئے گئے ہیں۔ اسلئے متبدیوں کے لئے چند ایسے منتروں کا مفہوم سمجھکر پاٹھ کرنا عملی جیون کی تاریکی دور کرنے کے لئے سندھیا روپی سورج کا کام دیتا ہے۔

(۲) دیو یگیہ۔ چونکہ ناپاک انفاظ سے ہوا میں ایسی لہریں پیدا ہوتی ہیں جو کہ ذکی الحس اصحاب کے دماغ پر خراب قسم کی تحریک پیدا کرتی ہیں۔ نیز جسمانی غلاظتوں سے ملنے پر ہوا اور پانی وغیرہ سادہ مرکبات مضر صحت صورت اختیار کر لیتے ہیں۔ اسلئے ان کی صفائی کی غرض سے اس یگیہ کی ہدایت کی گئی ہے۔ جس کا طریق عمل یہ ہے۔ کہ ویدوں کے پوتر منتر پڑھنے سے تو ہوا کی لہروں کو شانتی پیدا کرنے والی بنائیں۔ اور خوشبودار۔ دافع امراض اور طاقت بخش وغیرہ مفید صحت اشیا آگ میں ڈال کر (جس کو اصطلاحاً ہون کہا جاتا ہے) مکان کی صفائی کریں۔ چونکہ گرم ہوا سے پانی کی بھی تبخیر ہوتی ہے۔ اسلئے ایک ہی عمل میں علاوہ ہوا کی صفائی کے مکان کی سیلاب بھی رفع ہو جاتی ہے۔ پلیگ زدہ گھروں میں انگیٹھی جلانا یا دیگر خاص صورتوں میں گندھک وغیرہ کا دھواں کرنا انہی مقاصد پر مبنی ہوتا ہے۔ اسی سلسلے میں "پنجاب ایجوکیشنل جرنل" (بابت ماہ ستمبر ۱۹۰۵ء صفحہ ۱۰۶) کی چند سطور کا ترجمہ بھی قابل اندراج معلوم ہوتا ہے: "یورپ کے اکثر ممالک کے لوگوں میں یہ دستور ہے۔ کہ وہ بیماروں کے کمروں میں چینی یعنی کھانڈ جلایا کرتے ہیں۔ جس کو طبیب لوگ ایک بے ضرر وہم پرستی خیال کرتے تھے۔ یعنی نہ مفید نہ مضر لیکن اب پروفیسر ٹربرٹ صاحب (پاسٹر انسٹیٹیوٹ پیرس) نے ثابت کیا ہے۔ کہ کھانڈ جلانے سے "فارمک ایسی ٹیلین ہائیڈروجن" نامی ایک ایسی گیس پیدا

ہوتی ہے۔ جو کہ نہایت طاقتور مہلک جراثیم اثر رکھتی ہے۔ چنانچہ ۵ ماشہ چینی ایک شیشے کے برتن (جس میں ۱۲ ½ سیر پختہ پانی سما سکتا تھا) کے اندر جلائی گئی۔ جب بخارات سرد ہو گئے۔ تو تپ دق۔ ہیضہ و چیچک اور تپ محرقہ کی قسم کے جراثیم شیشے کی کھلی نالیوں (ٹیوبوں) میں اس برتن کے بیچ رکھے گئے۔ جو کہ نصف گھنٹے کے اندر تمام ہلاک ہو گئے۔ نیز یہ بھی دکھلایا گیا ہے۔ کہ اگر چینی ایک ایسے بند برتن میں جلائی جائے۔ جس میں سڑا ہوا مانس یا گلے سڑے انڈے کے سموات رکھے ہوں۔ تو ان کی بدبو فوراً جاتی رہتی ہے۔ بدیں وجوہات کھانڈ کے جلانے سے متعدی مادوں کی صفائی ہونے کے متعلق جو عام طور پر وشواس پایا جاتا ہے۔ وہ پختہ بنیاد رکھتا ہے۔"

**(۳) بھوت یگیہ:-** بھوت یگیہ، نباتات اور حیوانات کے تعلق میں کرنا ضروری ہے۔ چنانچہ اس میں وہ تمام عمل شامل ہیں۔ جن میں کہ ایسے درختوں کو ترقی دینا جو کہ غذا اور دوا کے کام آتے ہیں اور ایسے حیوانات کی پرورش کرنا جو کہ گائے بیل وغیرہ کی طرح ہمش کی زیادہ تر خدمات سرانجام دیتے ہیں۔ پایا جاتا ہے۔ اہل امریکہ کا فن کاشتکاری اور باغبانی وغیرہ میں بجلی کی طاقتوں سے کام [illegible] کرنا [illegible] کے ہیجان ہونے کی حیثیت سے ان کی نو[illegible] کا باعث ہو رہا ہے۔ اور برخلاف اس کے اہل ہند میں ان مضامین کی [illegible] سے ہی لاپرواہی کرنا موجودہ قحط وغیرہ مصائب کی صورت میں باعث بن رہا ہے کیونکہ اگرچہ زراعت پیشہ لوگ جو کہ ان کاموں کے بغیر اپنی ہستی ہی قائم نہیں رکھ سکتے تھے۔ ان امور میں دلچسپی لینا اپنا دھرم سمجھتے ہیں۔ لیکن چونکہ سائنٹیفک طریقوں سے فائدہ نہیں اٹھاتے۔ یعنی ویدانکول یگیہ نہیں کرتے۔ اس لئے کامیاب نہیں ہو سکتے۔ اور باقی لوگ تو اگر ایک طرف اشنان کرنے کے بعد پیپل یا تلسی وغیرہ کو پانی ڈالنا ہی کافی سمجھتے ہیں۔ تو دوسری طرف

کھانے سے پہلے صرف تین لقمے (جن کو گوگراس کہتے ہیں) رکھ لینا ہی بہتر خیال کرتے ہیں۔ جن میں سے ایک لقمہ[لہ] کوّے وغیرہ پرندوں کو۔ دوسرا کتے وغیرہ درندوں کو اور تیسرا گائے وغیرہ چرندوں کو دیا جاتا ہے۔ گو اس کے علاوہ کہیں کہیں آٹے کی گولیاں مچھلی وغیرہ آبی جانوروں کو اور چاول چیونٹیوں وغیرہ حشرات الارض کے بھوّن پر بھی ڈالے جاتے ہیں۔ لیکن اگر غور سے دیکھا جائے۔ تو صاف ظاہر ہوتا ہے۔ کہ یہ عمل کسی ایسی حالت کے کھنڈرات ہیں۔ جو کہ صحیح طور پر عمل میں آتے وقت ہندوستان کے جنت نشان ہونے کا باعث ہو گی۔ راماین یا مہابھارت وغیرہ کسی بھی پرانی تاریخ کو پڑھیں۔ تو پتہ لگتا ہے۔ کہ نہ صرف بھارت ورش میں کند مول اور ہر قسم کے میوہ دار درختوں کے جنگل ہی بکثرت ہوتے تھے۔ بلکہ گایوں کی اتنی بہتات تھی۔ کہ دودھ کی نہریں بہتی تھیں۔ مگر آجکل دودھ تو درکنار۔ بارش بھی جنگلات کے کٹ جانے کے باعث ہر سال کم ہو رہی ہے۔ اسی دودھ[ے] کی کمی کو انھوں کرکے

---

لہ ممکن ہے۔ اس طریق عمل میں یہ غرض مخفی ہو۔ کہ چونکہ انسان کی کھانے کی "انسٹنکٹ" بمقابلہ حیوانات کے ناقص ہوتی ہے اسلئے کھانے سے پہلے درندوں پرندوں اور چرندوں یعنی ہر قسم کے حیوان کو تھوڑا سا کھانا ڈال کر دیکھ لینا اچھا ہے تاکہ اگر وہ کھالیں۔ تو اس کے یہ معنے ہیں کہ یہ انسان کے لئے زہریلی خوراک نہیں۔ گویا جس طرح شکار کرنے میں کتوں کی قوت شامہ سے فائدہ اٹھایا جاتا ہے۔ ویسے ہی راجاؤں کے "چاکھے" کی طرح ہر شخص غذا کی درستی کے متعلق ان کی "عقل حیوانی" سے فائدہ اٹھا سکے۔

ے جینی [illegible] گائے بیل وغیرہ حیوانات کے پالنے اور ان سے دودھ یا دیگر اقسام کے فوائد اٹھانے کو ویسا ہی پاپ خیال کرتے ہیں۔ جیسے کسی کو بلا قصور قید کرنا اور اس کی [illegible] کا حق چھیننا پاپ ہے۔ اسلئے انہیں معلوم ہوتا ہے کہ محض خود غرضی سے متحرک ہو کر کسی کو قید کرنا ذاتی [illegible] کرنا ہے لیکن جس صورت میں دوسرے کو بھی فائدہ پہنچانا مقصود ہو۔ اس حالت میں معاملہ دگرگوں (دیکھو ضمیمہ)

گورو گوبند سنگھ جی نے یہ پرن کیا تھا:۔

ویدمریاد اجگ میں چلاؤں     گئوگھات کا پاپ مٹاؤں

(۴) پتری یگیہ

یہ عمل والدین کی ان تکالیف کے جواب میں کرنا لازمی قرار دیا گیا ہے۔ جو کہ وہ بچوں کو پالنے اور پڑھانے وغیرہ کی حالت میں برداشت کرتے ہیں۔ چنانچہ ہر ایک گرہستی کا دھرم ہے۔ کہ وہ کھانا کھانے سے پہلے اپنے بوڑھے ماتا پتا کو پریم اور شردھا سے ترپت کرے (جس کو اصطلاحاً شرادھ ترپن کہا گیا ہے) علاوہ ازیں دیگر مختلف قسم کی خدمات سے والدین کی خوشنودی حاصل کرنا بھی اسی یگیہ کی حدود میں شامل ہے:۔

نہ ہے قسمت جہاں میں اس پسر کی     رضاجوئی کرے مادر پدر کی

---

بقیہ حاشیہ صفحہ ۸۷ ہو جاتا ہے۔ جیسا کسی یتیم بچے کو متبنیٰ بنا کر مدرسہ کی قید میں رکھنا۔ چنانچہ یہی معاملہ حیوانات کا ہے۔ جن کو انسانی صحبت سے عقلی اور اخلاقی قوا کی تربیت کا موقع ملتا ہے۔ علاوہ ازیں کائنات میں ہر شے کا ایک دوسرے سے خاص تعلق ہے۔ مثلاً آکسیجن جو درختوں سے خارج ہوتی ہے حیوانات کو زندگی بخشتی ہے۔ اور ان سے نکلی ہوئی کاربانک ایسڈ وغیرہ نباتات کی نشوونما کا باعث ہوتی ہے ویسے ہی حیوانات کی سردی گرمی۔ بھوک پیاس وغیرہ کی تکالیف کو انسان دور کرتا ہے اور دودھ وغیرہ کی صورت میں وہ اس کا کام دیتے ہیں۔ پس حساب برابر رہا۔ دیگر امر یہ کہ وہ دودھ قدرتی طور پر اس کے بچے کا حق ہے۔ اس کا جواب یہ ہے۔ کہ چونکہ قدرتی حالت میں چھوڑنے پر دودھ بہت کم ہوتا ہے۔ اس لئے مقوی اغذیات سے جو زیادہ دودھ پیدا ہوتا ہے۔ وہ اپنی محنت اور خدمت کے معاوضے میں انسان کا حق ہے۔ ہاں البتہ جو لوگ بچھڑوں کو ان کے مناسب حق سے محروم رکھتے ہیں۔ وہ لالچی ضرور ہیں پاپی کہے جا سکتے ہیں؛

پراچین کال میں جو بزرگی اس یگیہ کو دی جاتی تھی۔ اس کے تعلق بن اندھے ماتا پتا کے شردھالو بھگت سرون جی۔ اور بھگوان رامچندر و بھیشم پتامہ کی روایات شاہد حال ہیں۔ بلکہ موجودہ زمانے کے "شرتک شرادھ" کی رسم بھی اس امر پر دلالت کرتی ہے۔ کہ اہل ہنود نے بزرگوں سے اس خیال کو ورثے میں پایا ہے کہ باوجود ساری عمر خدمت کرنے کے بھی والدین کے بار احسان سے سبکدوشی حاصل نہیں ہوتی ؎

**(۵) اتھتی یگیہ** "اتھتی" سے مراد ایسے شخص سے ہے جس کے آنے کی تاریخ مقررہ نہ ہو۔ اگرچہ موجودہ زمانے میں ریل ڈاک یعنے اخبارات وغیرہ کی بدولت دور دراز کی خبریں بآسانی ہر شخص تک پہونچ جاتی ہیں۔ جس سے عوام کے دماغ روشنی پاتے ہیں۔ لیکن بعض امور چونکہ ہوتے ہی ایسے ہیں۔ جو کہ عالم اشخاص کی موجودگی سے ہی حل ہو سکتے ہیں۔ اسلئے ہر ایک گرہستی کا دھرم ہے۔ کہ ایسی اغراض کو پورا کرنے کیلئے جو ودوان مہاتما بطور "اتھتی" کے گاؤں میں آ پہونچیں۔ کھانا کھانے سے پہلے انّ اور بستر وغیرہ سے ان کی جسمانی ضروریات پوری کرے۔ چنانچہ ہندؤں میں "سندے" کی روٹی دینا اسی عمل کا بقیہ آج تک بھی اکثر دیکھا جاتا ہے۔ اسی یگیہ کی بدولت گذشتہ زمانے میں اہل ہند کی مہمان نوازی مشہور عالم ہو رہی تھی۔ کیونکہ ان کے خیال میں ہر شخص اپنے کرموں کا پھل بھوگتا تھا۔ بقولیکہ:۔

؎ شکر بجا آر کہ مہمان تو  روزئے خود میخورد از خوان تو

گرہست آشرم کے دھرم کو سمجھنے والی ایک غریب بڑھیا کا شنکر آچاریہ جی کو (جبکہ وہ بصورت برہمچاری اس کے گھر بھکشا کیلئے گئے تھے) اپنی تنگ دستی کی وجہ سے ایک آملہ نذر کرنا (جسکو دیکھ کر برہمچاری کے جیون پر ایک گہرا اثر پڑا) اسی یگیہ کی عظمت کا مظہر تھا۔

## سوئم

# ہم جنس ہستی کا پیدا کرنا:-

جیساکہ جسمانی نقطہ نگاہ سے اولاد کا پیدا کرنا ہر شخص کے لئے ضروری بیان کیا گیا ہے۔ تاکہ "پتری رن" سے سبکدوش ہو سکے۔ ویسے ہی مانسک نقطہ نگاہ سے ہر شخص کا فرض اعظم ہے۔ کہ وہ اپنے تجربات کے [illegible] پر پائے ہوئے گیان سے اپنی اولاد اور دیگر مستحق اصحاب کو مستفیض کرے۔ کیونکہ نہ صرف "رشی رن" سے سرخرو ہونے کا یہی ایک لاثانی ذریعہ ہے۔ بلکہ برکات الٰہی بھی اسی قوم پر نازل ہوتی ہیں۔ جو کہ اس نیم پر دلی سے عملدرآمد کرتی ہے۔ المختصر اس اصول پر مراد یہ ہے

کہ اولاد میں دماغی قابلیت پیدا کی جاوے۔ چونکہ انسان کی جسمانی حالت کی طرح اس کی "عقل حیوانی" بھی بوقت پیدائش بمقابلہ دیگر حیوانات کے بلحاظ تکمیل کے بہت ناقص اور بلحاظ تربیت پذیر ہونے کے نہایت اعلیٰ ہوتی ہے۔ اس لئے جس طرح لکڑی کو کاٹ چھانٹ اور رندہ وغیرہ کر کے کارآمد بنانے کے لئے بڑھئی کی ضرورت ہوتی ہے۔ ویسے ہی بچے کو میدانِ زندگی کے قابل سپاہی یعنے شارِرک اور مانسک شکتیوں میں مکمل بنانے کے لئے خاص سمبندھیوں کی کوشش درکار ہوتی ہے۔ چنانچہ انہی سمبندھوں کی موزونیت پیدا کرنے کو شاستر کاروں نے "سنسکاروں" کے نام سے ظاہر فرمایا ہے۔ چونکہ نہ صرف سنسکاروں کا ہی بالتفصیل بیان کرنے سے طوالت کا احتمال ہے۔ بلکہ تعلیم کا دماغ سے اور دماغ کا جسم سے گہرا تعلق ہونے کے باعث جسمانی نشوونما کی خاص حالتوں میں جو

بچے کو بہت سے "سمبندھیوں" کے زیر اثر آنا پڑتا ہے۔ اگر ان تمام کے متعلقہ بھی ذکر کیا جائے۔ تو "طریقہ تعلیم" کی ایک ضخیم کتاب تیار ہو جاتی ہے۔ اس لئے والدین اور آچاریہ کی کوششیں (جو کہ بچے پر سب سے زیادہ اثر انداز ہوتی ہیں۔) مد نظر رکھ کر انہیں کے متعلقہ چند اشارے ذیل میں درج کئے جاتے ہیں:۔

(۱) **والدین:۔** جس طرح پورش اور پرکرتی اگرچہ "سانکھیہ کرتا" کی نگاہ میں دو ہیں۔ لیکن ویدوں کے رہسیہ کو جاننے اور اوپنشدوں کی رمز پہچاننے والا دیاس بھگوان ان ہر دو کو ایک ہی ذات "برہم" کے دو مظہرات کی صورت میں بیان کرتا ہے۔ ویسے ہی ماتا پتا کے الفاظ گو بظاہر دو شخصیتوں کی طرف اشارہ کرتے ہیں۔ لیکن غور کرنے پر معلوم ہوتا ہے۔ کہ ہر دو ایک ہی کمل انسانیت کے مظہرات ہیں۔ کیونکہ اگرچہ عام طور پر جسمانی بالیدگی کے ساتھ قواء دماغی کی تربیت کرنا ہی انسانی تکمیل کے لئے ضروری بیان کیا جاتا ہے۔ مگر چونکہ نظام قدرت میں اکیلا مرد انسانی تصویر کے صرف ایک پہلو کا ہی مظہر ہے۔ جس میں سختی بہادری اور شجاعت وغیرہ اوصاف کے رنگ بھرے ہوئے ہیں۔ اور دوسرا پہلو جو کہ لطافت۔ نزاکت۔ ہمدردی۔ رحم اور محبت مجسم ہے۔ صرف مستورات سے مخصوص ہے۔ اسلئے سناتن اوستھا میں مرد مجرد دراصل کسی طرح پر بھی کمل انسان... کہلانے کا مستحق نہیں ہو سکتا۔ بلکہ ایک انسانیت کے اظہار تکمیل کے لئے جسمانی اور دماغی قواء کی نشو و نما میں تکمیل پائے ہوئے مرد اور عورت کے جوڑے کی ضرورت ہے۔ جن کو والدین کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ نہ صرف آرش گرنتھوں میں ہی استری کو "اردھنگی" (آدھا جسم) کہا گیا ہے۔ بلکہ بائیبل (اقرار...

میں بھی مائی حوا کا بابا آدم کی پسلی سے بنایا جانا بیان کیا ہے۔
گویا نر اور مادہ دونو مثبت اور منفی بجلی کی طرح ایک ہی ہستی سے ظہور پذیر ہوئے ہیں۔ چنانچہ عالم نباتات وحیوانات کے مطالعہ کرنے سے اب بھی اکثر صورتوں میں ان کی یکجائی مشاہدے میں آتی ہے ؛
بایں ہمہ بظاہر دو ہونے سے چونکہ ان کے اثرات بلحاظ مقدار و اوصاف بھی پر مختلف صورتوں میں پڑتے ہیں۔ اس لئے دونوں کا علیحدہ علیحدہ ذکر کیا جاتا ہے ؛

## ماتا کے سمبندھ میں

والدین کے جوڑے میں سے اگرچہ دیگر تمام معاملات دنیاوی میں مرد کا عورت سے سبقت لے جانا ممکن ہے لیکن اولاد میں دماغی قابلیت پیدا کرنے کا اصول ایک ایسی خصوصیت رکھتا ہے۔ جس کی وجہ سے ہر ایک صاحب عقل عورت کی عملی بزرگی تسلیم کرنے کے لئے مجبور ہے۔ چنانچہ اہل انگلستان تو مستورات کی خوبیوں سے اس پہلو میں مستفید ہونے کے باعث ان کو "بہتر نصف" (Better Half) کہتے ہی ہیں۔ لیکن اہل ہنود بھی جو کہ عام طور پر موجودہ زمانے میں ان کے ساتھ غلاموں سے بھی بدتر سلوک روا رکھتے اور اس کے نتیجے میں قعر ذلالت کی تہ تک پہنچ رہے ہیں۔ اپنے زمانہ قدیم میں جنس تانیث کی اس عظمت اور تقدیس میں نہ صرف ان کو "دیوی" کا نام دینے سے ہی شہادت دیتے ہیں۔ بلکہ ہر ایک شکتی کا اس کے دیوتا کے نام سے پہلے لانا بھی اسی امر کا مظہر ہے۔ مثلاً لکشمی نراین۔ گوری شنکر۔ سیتا رام۔ رادھے کرشن وغیرہ
علاوہ ازیں ہر ایک مقدس اور قابل تعظیم شے۔ مثلاً گائے۔ درگا۔ ویتری جنم کہ بھارت بھومی کو بھی ماتا کے خطاب

سے ہی ظاہر کیا جاتا ہے اور "شرتی ماں کا "ماتا" ہونا تو اظہر من الشمس ہے۔ بہر حال کسی پہلو سے دیکھا جائے۔ "ماتا" کی بزرگی کے نمایاں ثبوت ملتے ہیں۔ وجہ اس کی یہ ہے کہ موروثی امراض کی طرح چونکہ خیالات کی بھی پیدائش سے پیشتر ہی بنیاد بندھ جاتی ہے۔ بقول کسے:

راگی باگی ناڑی چنگ ـ یہ سب اوپجیں جنم کے سنگ

اس لئے جہاں پتا صرف گربھادان سنسکار کے وقت تک خیالات کا ذمہ دار ہے۔ وہاں ماتا کے خیالات اور اعمال کا اثر نو مہینے عرصہ حمل اور سال ڈیڑھ سال ایام شیر خواری تک بھی بغیر کسی روکاوٹ کے لگاتار پڑتا رہتا ہے۔ پس جو نقش خون اور دودھ کے ذریعے بچے کی طبیعت میں جاگزیں ہو جاتے ہیں۔ ان کا تا حیات تا ممکن سا امر بنجاتا ہے۔ چنانچہ "مندالسا" سی ماتائیں جو کہ میٹھی لوریوں میں برھم گیان کا اوپدیش کرکے حقیقت عالم کو ذہن نشین کرا سکتی ہیں۔ گورو ویدی میں برھماجی سے بھی فضیلت رکھتی ہیں۔ جو کہ باوجود برسوں تک برھمچریہ اور تپ کرانے کے بعد اوپدیش کرنے کے "بروچن" کو آتم گیان کی رمز سمجھانے سے قاصر رہا۔ جس واقعہ کی بنا پر گوسائیں تلسی داس جی فرماتے ہیں:۔ "سورٹھا"

بھوئے بھلے نہ بید۔ جو امرت برسیں جلد ـ مورکھ ہردے نہ چیت۔ جو گور ملیں برنچ سم

مہرشی کپل دیو (جنہوں نے آرین فلسفے کی بنیاد "سانکھ درشن" کی صورت

عہ راگ گانے۔ شہسواری کرنے۔ نبض جانچنے اور باجا بجانے کی قابلیت پیدائش سے حاصل ہوتی ہے" اگرچہ اس ضرب المثل میں صرف چار قسم کی ہی قابلیت ظاہر کی گئی ہے۔ لیکن اہل غور جانتے ہیں کہ نہ صرف یہ چاروں بلکہ شاعری و فلاسفی وغیرہ ہر قسم کی اعلےٰ قابلیت کا بیج پیدائش سے ہی حصہ میں آتا ہے جو کہ بعد میں مناسب سامان پانے پر نمایاں صورت قبول کرتا ہے

میں رکھی) کا اظہار کمال اگر ماتا ودیہ وتی جی کی مقدس تعلیم کی طرف اشارہ کرتا ہے تو سوامی شنکر آچاریہ جی (جن کا نام آسمان فلسفہ کے آفتاب نصف النہار کی طرح دنیا پر روشن ہے) اپنے علم و عمل سے ماتا وشسٹھا جی کی ناسک پوترتا اور بزرگی کے مظہر ہیں۔ کیونکہ ہر دو عارفان باکمال کی تعلیم ماتاؤں کے ہی زیر اثر وقوع میں آئی تھی۔ علاوہ ازیں غور کیا جائے۔ تو مہارانی کیکئی کی شجاعت اور پولیٹیکل واقفیت کا کمال اور لیلاوتی کا جبرو مقابلے میں علم نے مثال۔ گارگی کا برہم گیان اور سرسوتی (منڈن مشر کی دھرم پتنی) کا علم و عرفان۔ سیتا اور دروپدی کی جفاکش زندگی۔ ستی اور سلوچنا کا پتی برت دھرم (جن کی نسبت حافظ کا کلام ہے :۔ ؎

حافظا در عشقبازی کم ز زن ہندو مباش کو برائے مردہ سوزد زندہ جانِ خویش را

دامودری جی کی قوت اختراع (شطرنج کی ایجاد وغیرہ) اور پدمنی کی حکمت عملی وغیرہ اعلےٰ اوصاف ہی آریہ ورت کی عظمت کا موجب تھے۔ جب سے عورتوں کی تعلیم کے دروازوں پر پردہ پڑ گیا۔ اہل ہند کی حالت رو بزوال ہونی شروع ہو گئی۔ کیونکہ قومی اوصاف کا منبع مائیں ہی ہوتی ہیں۔ جب وہی ناقص العقل کے ناپسندیدہ لقب سے یاد کی جانے لگیں۔ تو بچوں کا تو خود ہی خدا حافظ ہے اہل ہند کا غلامی پسند طبیعت رکھنا یعنے کمزوروں پر زبردستی اور زبردستوں کے سامنے بزدلی دکھانا اِسی امر پر دلالت کرتا ہے۔ کہ یہ ظالم باپ اور مظلوم ماں کی اولاد ہیں۔ اِسلئے بچوں کی قدرتی قابلیت کو اعلےٰ درجے کا بنانے اور اُس پر بہترین تعلیم کا پیوند لگانے کے لئے سب سے پہلی ضرورت یہ ہے کہ دماغی نشوونما

ہما بعض اصحاب عورتوں کو آزادانہ تعلیم دینے کی اِسلئے مخالفت کرتے ہیں کہ اِس سے

میں ماتائیں کمال یافتہ ہوں - ورنہ جسطرح گاڑی کے دو پہئیے برابر نہ ہونے کی صورت میں خواہ اِس کے چلانے میں کتنی ہی طاقت خرچ کی جائے - وہ اپنی جگہ پر ہی گھومتی ہے - اور کچھ بھی آگے نہیں بڑھتی - ویسے ہی جبتک عورت کی مرد کے برابر دماغی تربیت نہیں کی جاتی - ناممکن ہے کہ قومی گاڑی ایک قدم بھی آگے جا سکے ؀

ب "پتا کے سمبندھ میں" :- علمی اور عملی زندگی کی رہنمائی یعنے گورو کہے جاتے ہیں ماتا سے دوسرا درجہ پتا کا ہے جس فرض کو پورا کرنے کے لئے اِس کا عقل اور اخلاق مجسم ہونا ضروری ہے - کیونکہ اوّل تو نطفے میں نہ صرف جسمانی ہی بلکہ دماغی قابلیت کے جوہر بھی بیج کی طرح مخفی ہوتے ہیں - جو کہ بعد پیدائش مناسب تربیت سے ظہور پکڑتے ہیں - دیگر ایام شیر خواری کے بعد جس کے خیالات بچے پر بالخصوص اثر انداز ہوتے ہیں - وہ عام طور پر پتا ہی ہوتا ہے چنانچہ آریہ ورت میں "تقسیم محنت" (ورن بیوستھا) کے خیال سے بچوں کو پتا کے "ورن پانے کا زیادہ موقع ہونا اسی قدرتی قانون پر قائم تھا - واقعات عالم پر وسیع نظر ڈالنے سے معلوم ہوتا ہے - کہ باپ کے اوصاف بیٹے میں نہ صرف اسی نمونے پر ہی ظہور پذیر ہوتے ہیں - بلکہ اکثر اوقات نسلاً بعد نسلاً اوصاف بزرگا

بقیہ حاشیہ صفحہ ۶۰ - اِن کے اخلاق بگڑ جانے کا احتمال ہوتا ہے لیکن یہ نہیں سوچتے کہ اخلاق بگاڑنے میں پیش دستی کرنیوالے تو ہمیشہ مرد ہی ہوتے ہیں اسلئے جسطرح کتوں کو اس خوف سے باندھ کر رکھا جاتا ہے کہ کسی شخص کو کاٹ نہ سکیں ویسے ہی اگر مردوں کو پردے میں رکھا جائے (کہ مبادا کسی صاحب عصمت کو خراب کریں) تب تو بجا بھی ہو ورنہ برخلاف اس کے عورتوں کو برقع یا چار دیواری کی قید میں رکھنا سوائے جاہلانہ زبردستی یا ظلم کے اور کیا ہے؟ جس کو کوئی مہذب اور معقول پسند طبیعت گوارا نہیں کر سکتی ؀

زیادہ لطیف اور اعلےٰ شکل قبول کرتے جاتے ہیں۔ مثلاً وششٹ
جی کے تتو درشی ہونے کا اثر ان کے پُتر پراشر جی اور پوتے ویاس
جی میں بتدریج کمال پکڑتا گیا۔ اور ویاس جی کے پُتر شکھدیو جی کی
صورت میں تو اس عروج پر پہونچا کہ ان کو پیدائشی ویراگی اور برہم
گیانی بیان کیا گیا ہے۔ کسی نے سچ کہا ہے:۔ ع اگر پدر نتواند پسر تمام کند
یہی "مضمون" "مسئلہ وکاش" کے نام سے موسوم ہو رہا ہے؛ اگر خاص
وجوہات سے پتا کی خوبیاں پُتر میں نہ بھی ظاہر ہوں تاہم "قانون میراث
بزرگانہ" (لا، آف اٹاوزم) کے زیر اثر اکثر جدی اوصاف پوتے وغیرہ
میں جلوہ نما ہو جاتے ہیں۔ مثلاً رانا سانگا (جس میں راجپوتی جوہر قدرت
نے کوٹ کوٹ کر بھرے ہوئے تھے) کا بیٹا رنیں بھیاؤں کے ساتھ پرورش
پانے کے باعث گو اُن اوصاف کے ظاہر کرنے سے قاصر رہا۔ لیکن
یہی اوصاف شجاعت اس کے پوتے میں جس کمال سے ظاہر ہوئے
وہ "رانا پرتاپ" کی تاریخی مثال سے روز روشن کی طرح عیاں ہیں؛
پس اولاد کے دماغی قویٰ قدرتی طور پر اعلےٰ ہونے کے لئے لازمی
ہے۔ کہ پتا بھی پیشتر اس کے کہ اولاد پیدا کرنے کی طرف عملی طور
پر رجوع پذیر ہو۔ علمی کمال سے مزین ہو۔ علاوہ ازیں چونکہ بچے
میں نقل کرنے کا مادہ حد سے زیادہ ہوتا ہے۔ اسلئے جب تک کہ
وہ آچاریہ کے پاس نہیں بھیجا جاتا۔ والدین کو اپنے تئیں اس کے سامنے
ہمیشہ ایک اعلےٰ درجے کی عملی مثال بنکر پیش کرنا چاہیئے۔ یعنے...
حتی الامکان اس کے سامنے کوئی ایسا مذموم فعل نہ کریں۔ جس کے
کرنے سے اس کو منع کرنے کی ضرورت پڑے۔ نیز ایسی صحبت
سے بچائیں۔ جہاں سے کہ ناشائستہ تاثرات کا احتمال ہو اور جب
اس کو بخوبی ہوش آجائے۔ تو سیر کرنے کو ساتھ لیجانے کے

علاوہ مختلف قسم کی تصویریں اور کھلونے دکھلا کر اس کی قوت مشاہدہ
کی تربیت کے ساتھ ساتھ قومی بزرگوں کے کارنامے کہانیوں کی
صورت میں سنانا اور ان کے مقولہ جات بصورت نظم شلوک یاد کرنے
وغیرہ حفظ کرانا ابتدائی تربیت کا بہترین طریقہ ہے نیز چھوٹی چھوٹی
آسان بجھارتیں (سقراطی سوالات) اس کے ذہن تیز کرنے کے لئے
پوچھیں تاکہ اس کی قوت مشاہدہ اور استدلال وغیرہ ترقی کیطرف مائل
ہوں۔ اخلاقی اصول ذہن نشین کرانے کے ساتھ ہی دماغی تربیت کے
لئے اس کا خوش رکھنا بھی نہایت ضروریات سے ہے۔ جب بچہ چھ سات
سال کی عمر تک پہونچ جائے۔ تو کسی ایسی پاٹھ شالا میں جہانتک عقلی
تربیت کے ساتھ ہی دھارمک اور قومی تعلیم بھی ہو آچاریہ کے پاس بھیجنا چاہیے

(۲) آچاریہ:- پیشتر ظاہر کیا جاچکا ہے کہ دماغی قواء کی تکمیل کا انحصار
قدرت اور تعلیم دو باتوں پر ہے۔ ان میں سے قدرتی قابلیت کے ذمے
دار تو بالخصوص والدین ہیں۔ لیکن تعلیم کی خوبی کا انحصار آچاریہ کی قابلیت
پر ہے گویا اگر والدین کو دھات کے پگلانیوالوں اور بچے کو دھات سے تشبیہ دیجائے تو آچاریہ اس سانچے
سے مشابہت رکھتا ہے جس میں پگھلی ہوئی دھات خاص زیور کی شکل قبول کرتی ہے کیونکہ جسطرح سانچے کے نقش
و نگار زیور میں نظر آتے ہیں ویسے ہی استاد کے اوصاف شاگرد میں بھی آجاتے ہیں چنانچہ وششٹ جی کی شانتی کا
رامچندر میں نظر آنا اور درونا چاریہ کی کمالیت تیراندازی کا ارجن میں جلوہ
دکھانا اس اصول کی مشہور مثالیں ہیں۔ اسلئے والدین کا اولاد کے متعلقہ
پرورش کے بعد سب سے بڑا فرض یہ ہی ہے کہ وہ اس کی تربیت کے
لئے حتی المقدور بہترین استاد تجویز کریں۔ آچاریہ دو قسم کے ہوتے ہیں۔
(۱) عام (۲) خاص

(۱) عام آچاریہ:- عام آچاریہ سے مراد ان استادوں سے ہے۔ جو
[illegible]

کی صورت دیتے اور اس کو کئی دھات سے قومی مشین کا ایک کارآمد پرزہ بناتے ہیں۔ جسمانی صحت کے تیسرے اصول میں افلاطون کی رائے کا اشارہ دیا جا چکا ہے جسکا مدعا یہ ہے کہ "ہر ایک بچہ بجائے اپنے خاص والدین کے تمام قوم کا بچہ کہلائے" اگرچہ اس کی یہ تجویز صرف جسمانی پہلو سے دیکھے جانے پر ایک عجیب سی معلوم ہوتی ہے لیکن بغور دیکھا جاوے۔ تو دراصل یہ خیال بھی آریہ رشیوں کی تعلیم سے ہی مستعار لیا ہوا معلوم ہوتا ہے (جن کی تعلیم جسمانی خیال سے گذر کر دماغی قابلیت کی نشوونما پر بھی ویسا ہی زور دیتی ہے) کیونکہ ان کے حکم کے بموجب آٹھ سات سال کی عمر میں بچے کو آچاریہ کے سپرد کرنا ضروری تھا۔ جہانکہ پچیس سال کی عمر تک باقاعدہ تعلیم پانے سے وہ اپنی فطرت کے خواص نمایاں کر دیتا تھا۔ جن کو دیکھ کر آچاریہ اس کو بلحاظ قابلیت "ورن بیوستھا" دیتا تھا۔ بالفاظ دیگر جس قسم کی قومی خدمات سرانجام دینے کے لائق خیال کیا جاتا تھا۔ اس کو اسی کام پر مامور کیا جاتا تھا۔ اگرچہ والدین کے قدرتی اثر کی وجہ سے اکثر وہ انہی کے ورن میں جگہ پاتا تھا لیکن موجودہ زمانہ کی طرح یہ امر لازمی نہیں تھا کہ وہ اپنے پتا کے ہی ورن میں شامل ہو۔ بلکہ خاص وجوہات سے اس سے اختلاف طبع رکھنے پر دوسرا اونے واعلےٰ درجہ پانے میں بھی کوئی امر سد راہ نہیں ہوتا تھا۔ مقصد بہر حال یہ تھا۔ کہ قومی مشین کے مناسب پرزے کی جگہ پر کام دے۔ "ہندو قوم" کے موجودہ تنزل کے اسباب میں ایک نمایاں امر یہ ہے کہ "ورن بیوستھا" بجائے اوصاف و قابلیت کے والدین کی ذات سے منسوب کی جانے لگی۔ کیونکہ اس سے "ذوج" ہونے کی ترقی کا شوق دور ہو کر ایک دوسرے کی طرف سے ہر ایک کے دل میں حسد اور نفرت جاگزین ہو گئی۔ گویا بجائے خود اشارہ ... خدمت ... تو ... ہر ایک

مہذب ملک میں اہل ہند سے حیوانوں کا سا سلوک روا رکھا جاتا ہے۔

"ب" **خاص آچاریہ:۔** خاص آچاریہ (جن کو اوتار۔ پیغمبر یا گور وغیرہ کہا جاتا ہے) وہ ہوتے ہیں جو کہ بلحاظ حالات زمانہ کے غیر معمولی قابلیت رکھنے کی بدولت اپنا حلقہ اثر بہت وسیع کر لیتے ہیں اور اپنے شاگردوں میں ایسی روح پھونکتے ہیں۔ جس سے وہ مذہبی یا سیاسی افراط و تفریط سے نکلکر جادۂ اعتدال پر آتے ہیں یعنے یا تو وہ ناستک پن اور بُت پرستی کی تاریک غاروں سے نکال کر سچدانند برھم کی اپاسنا یعنے سوراجیہ حقیقی کا راستہ دکھاتے ہیں۔ (جیسے سوامی شنکر آچاریہ ناستک پن کی غلطی کے مٹانے والے تھے تو سوامی دیانند بُت پرستی کی بلا سے چھڑانے والے۔ غرض دونو بجائے مادہ پرستی کے چیتن پرستی کے وکیل تھے۔) یا قوم کو ظالم اور مظلوم بننے سے بچاتے اور سوراجیہ مجازی کی رہنمائی کرتے ہیں۔ جیسے مہاتما بُدھ کی تعلیم اگر ظالمانہ رواج کو دور کرنے والی تھی۔ تو گورو گوبند سنگھ جی کے اوپدیش مظلومانہ حالت سے نجات دلانے کے موجب ہوئے چنانچہ تیاگی مہاتما کے مقلد راجاؤں کے لڑکے و لڑکیوں نے اگر بھکشوؤں کا لباس پہنا تو تدبر گورو نے اپنے سکھوں کو چڑیوں سے باز مارنے والا بنایا۔ اور غلامی کی زنجیر میں پابستہ بھیڑوں کو خونخوار بھیڑیوں کا لباس پہنایا۔ یا یوں سمجھو کہ بزدل نرسنگھ بنا دئے۔ جنہوں نے ویدک دھرم کی ڈوبتی کشتی کو اسلامی طوفان سے بچا کر ساحل نجات پر پہونچایا۔ بقولیکہ :۔

ع اگر نہ ہوتے گورو گوبند سنگھ ہندو دھرم کا ہوتا اش

چونکہ ایسے آچاریہ بھگوان کرشن کے کتھن الوسار ذات پاک سے خاص تقدیس اور بندگی کا حصہ لیکر بوقت ضرورت ظہور پکڑتے ہیں۔ اسلئے موقع شناس اصحاب کا فرض ہے کہ ایسے مہاتماؤں کو سچے دل سے

خوش آمدید کہیں - اور ان کی خدمت اور بھگتی کو سعادت دارین کا
موجب سمجھیں - یعنے حاکم یا حکیم وقت کیطرح گذشتہ رہنماؤں کی نسبت
موجودہ گورو کی تعظیم میں سر تسلیم خم کرنا اور اس کے فرمان کو اپنے
حسب حال اور مفید مطلب ہونے سے فرمان الٰہی کی طرح دل میں
جگہ دیکر اس کے بموجب عملدرآمد کرنا اپنا دھرم سمجھیں - بقول کبیر: -

؎ گورو گوبند دونو کھڑے کس کے لاگوں پائے؟
بلہاری اس گورو کے جن گوبند دیو ملائے

چونکہ سچائی بلحاظ "اصلی" اور "فروعی" ہونے کے دو قسم کی ہوتی ہے
جن میں سے "اصول" تو ہمیشہ سچے رہتے ہیں - لیکن فروعات بلحاظ
زمانہ تغیر پذیر ہوتے ہیں - اسلئے نقط بلفظ ہر قسم کی ہدایات ہر
وقت کے لئے موزوں اور مناسب نہیں ہوتیں - یہی وجہ ہے کہ
"شرتی" کی صداقت کو ہمیشہ تسلیم کرتے ہوئے بھی مختلف سمرتیوں
یا آچاریوں کی تعلیم کے خاص حصوں میں اختلاف پایا جاتا ہے - جو
کہ نادانوں کے لئے میدان جنگ کا کام دیتا ہے - کیونکہ کوتاہ اندیش
آدمی اپنے متعصبانہ خیال کے برخلاف ہونے پر افضل ترین
معلموں کی شان میں بھی ناملائم الفاظ کے استعمال سے نہیں چوکتے
بقول مصنف : -

۱؎ یہ خیال رہے کہ جس طرح کسی کا اپمان کرتے ہوئے بے لگامی کی حد تک پہونچنا یا
شریف آدمیوں کی پگڑیاں اچھالنا غلطی ہے - ویسے ہی کسی کا مان کرتے ہوئے اسکو
خوشامد سننے کا عادی بنا دینا یا کسی کو بزرگی دیتے ہوئے خود دماغی غلامی کی مرض میں
گرفتار ہو جانا غلطی ہے - کیونکہ ایسی صورتوں میں ہی کمزور طبیعتیں مردم پرستی کی تاریک
غاروں میں گرا کرتی ہیں: "گائتری منتر" جس میں کہ بدھی کی آزادانہ ترقی کی پرارتھنا کیجاتی
ہے پرماتما کیطرف سے دماغی آزادی کے دعویداروں کیلئے ایک مقدس عہد نامہ ہے:

ہر ایک کو عالم میں یا وہم ہے یہ کہ عقل میری ہے سب سے بڑھکر
ہے بیٹا میرا وہ خوبصورت نہیں ہے کوئی بھی جس سے بہتر
وہ یہ معراج کا ہے نقشہ دکھاتی فطرت جو ہر بشر کو
سے قومی عظمت یا موکش چیتن کی حاصل ہوگی اسکے اندر

حالانکہ اپنے تئیں سب سے عقلمند سمجھنا ہی ان کی حماقت کا نمایاں ثبوت ہوتا ہے لہذا ہر ایک صاحب فہم کا فرض ہے کہ بجائے اس کے کہ وہ اپنی شکتی کو اپنے رہنماؤں کی عملی زندگی اور تعلیم پر نکتہ چینی میں صرف کرے ان کی سوانح عمری اور تعلیم سے ان کے وقت کی حالت کا صحیح اندازہ لگائے اور جسطرح وہ اپنے وقت میں خاص جدوجہد سے کامیاب ہوئے ہیں اسی طرح ضروریات زمانہ کے لحاظ سے مناسب ترمیم اور عملدرآمد کی بدولت اپنے وقت کی مشکلات پر حاوی ہونے اور افراط و تفریط سے بچکر اعتدال کے حاصل کرنے کی کوشش کرے۔ اور جو لوگ اس پہلو میں اپنے سے بہتر قابلیت رکھتے ہوئے معلوم ہوں۔ مہاتما دیانند جی کی طرح ان کی پیروی کو باعث نجات خیال کرے

از کلام مصنف :-

زمانے میں آج جس کو دیکھو رہ ترقی پہ وہ رواں ہے
امنگ دل میں بھری ہے سب کے خواہ پیر و طفل ہے یا جواں ہے
یہ جدوجہد برائے ہستی عجب تماشے کا امتحاں ہے
"بچیگا قابل ترین" اس میں یہ ایوولیوشن کی داستاں ہے
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنے والا
ہے زندگی سے مراد حرکت "بڑھیگا بس کام کرنے والا"
بھلا ٹھکانا کیا شخصیت کا جو قوموں تک کا مٹا نشاں ہے
کہاں ہے بابل کہاں ہے روما کہاں وہ مصر کا کارواں ہے؟

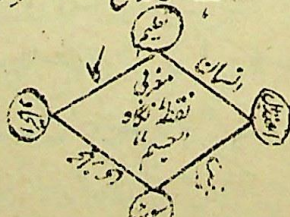
ڈبویا ہے سب کو عیش نے ہی یہی وہ کنعاں کا کنواں ہے
غرض کو چھوڑو خرض کو سمجھو فضیلت اسمیں ہی تو نہاں ہے
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنیوالا
ہے زندگی سے مراد حرکت بڑھیگا بس کام کرنیوالا
ہے قابلیت کا راج اب تو بغیر اس کے جگہ نہیں ہے
حصول اس کا ہے فرض سب پر یہی مصلحت کے لئے بڑی ہے
یہی ہے داتا یہی ہے رکشک یہی ہے ناجی ہمیں یقیں ہے
ہے دنیا ہیں یہ خدا کی رحمت اسی میں مخفی کمال دیں ہے
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنیوالا
ہے زندگی سے مراد حرکت بڑھیگا بس کام کرنیوالا
ہے جو دل میں ہر اک کے خواہش دماغ روشن ہو تن توانا
ہر اک کے دکھوں کو دور کرنا سمجھ لے ہر ایک دھرم اپنا
نہ چران چوسے تمہارے اگر یہ لکشمی کی ہے تاب پھر کیا؟
بڑوں سے بھی تم بڑے بنو گے جو یاد رکھو گے ایک نسخہ
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنیوالا
ہے زندگی سے مراد حرکت بڑھیگا بس کام کرنیوالا
یہی ہے وہ رمز معرفت کی جو کرشن گیتا میں گا گیا ہے
اسی کا عملی نمونہ بن کر وہ رام ہم کو دکھا گیا ہے
رسول حق ہے جو بن کے آیا یہی وہ نکتہ سنا گیا ہے
گورو تھا کوئی یا پیر و مرشد یہ بھید ہمکو بتا گیا ہے
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنیوالا
ہے زندگی سے مراد حرکت بڑھیگا بس کام کرنیوالا
ترقی باقی ہے کام سے ہی جو تم کو لیاقت خدا نے دی ہے [illegible]

بنے ہے گلزار جھاڑیوں سے جو محنت اس پر کسان کی ہے
اسی ہی خوبی سے قوم شاہاں نے شاہی ہاتھوں میں لے لی ہے
امن کا ہر سو جما کے سکہ سبق سکھاتی ہمیں یہی ہے
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنیوالا
ہے زندگی سے مراد حرکت بڑھیگا بس کام کرنیوالا

غرض ہے یہ کہ ہر اک کو سمجھیں "گورو" وہ چاہے بڑا بھلا ہے
نہیں ہے مطلب کرم سے اس کے سنو جو کہتا وہ برملا ہے
ہر اک کے اوصاف لے لے لیلو کہ راز ان میں ہی چھپ رہا ہے
رشی دتاتریہ نے سکھایا وہ سبق لینے کا طرز کیا ہے
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنیوالا
ہے زندگی سے مراد حرکت بڑھیگا بس کام کرنیوالا

"سوراج" مقصد ہو اپنا سچا ہیں جس کو اوپنشد "مکتی" کہتے
وہ "یوگ مگتی" ہیں جس کے سادھن گیان سے جو دو چشمے بہتے
یہ اعتدال اور اتحاد ہیں بغیر جن کے ہیں دکھڑے سہتے
سدا ہیں گاتے یہ راگ جیون نگاہ میں جن کی یہ دو ہیں رہتے
نہیں ہے آرام کی جگہ یہ ہے مرتا آرام کرنیوالا
ہے زندگی سے مراد حرکت بڑھیگا بس کام کرنیوالا

مشرقی نقطۂ نگاہ "آتما" — انسانیت کا

مغربی نقطۂ نگاہ "جسم" — انسانیت کا

**من کی دوسری قسم**
یعنے ...

اس سے مراد انتہ کرن کی دوسری طاقت یعنے بدھی (ادھیاتمک شکتی) سے ہے۔ جسمیں

تاریکی کا عکس پڑتا ہے اور جو کہ آتما کی شریر میں اعلےٰ ترین مظہر ہے۔ یہی طاقت ہے جو کہ تربیت پانے پر بے "تار برقی کیطرح بغیر کسی قسم کے ظاہرہ وسائل کی موجودگی کے دور دراز کے حالات۔ آئندہ اور گزشتہ کے نامعلوم واقعات اور دیگر اشخاص کے خیالات کو نجو کرتی اور قوت حافظہ کے سامنے لاتی ہے۔ بالفاظ دیگر حقیقت انسانی کے ہر سہ قیود (مکانی۔ زمانی اور نفسانی) سے مبرا ہونے کا ظاہرہ ثبوت بہم پہونچاتی ہے۔ چونکہ جسم انسان کی بے اختیاری حرکات اور گہری نیند کے عالم سے اس ہستی کا قوت آگاہی اور ارادی سے بالاتر ہونے کی وجہ سے خاص تعلق ہے۔ اس لئے اگرچہ اس کے متعلقہ بہت سے امور "قواء خواب کی تربیت" اور "خود مستی" کے عنوان میں بھی ظاہر کئے جا چکے ہیں تاہم چند ایک ضروری باتیں یہاں پر بھی درج کرنی بے جا نہ ہونگی:۔

اہل غور میں سے ہر ایک کا تجربہ ہوگا۔ کہ جہاں پریم زیادہ ہوتا ہے۔ وہاں ایک ہی وقت میں جو خیال محبوب کے دل میں پیدا ہوتا ہے وہی عاشق کے دل میں گذر جاتا ہے۔ مصداق:۔

خوں رگ مجنوں سے نکلا فصد لیلیٰ کی جو لی ۰ عشق میں تاثیر ہے پر جذب کامل چاہئیے

یہ امر در اصل اسی طاقت کا کرشمہ ہے۔ اسی قوت کی تربیت سے انسان عالم الغیب کا درجہ حاصل کرتا ہے جسکو اصطلاحی طور پر "علم مکاشفہ" کہتے ہیں۔ چونکہ اسی کی بدولت یوگیوں کی نسبت اکثر عجیب وغریب سچی جھوٹی روایات مشہور ہو رہی ہیں اور اسی کی آڑ میں اکثر چالاک شخص سادہ لوح ضعیف الاعتقاد اشخاص کو سبز باغ دکھلا کر ٹھگ لیتے ہیں۔ اسلئے ناظرین کو بخوبی یاد رہے کہ گو "علم مکاشفہ" ایک ایک نتیجہ ہے لیکن یہ ان اشخاص کو حاصل ہوتا ہے جو

کہ شریر یا من کی دیگر قوتوں کے اعتدال کا خیال نہ رکھیں۔ جیسے اکثر سنترالی سُلفئی یا بیکار و بدکار سادھوؤں کے عمل سے ظاہر ہوا کرتا ہے بلکہ یہ شکتی صرف اُن اصحاب کو حاصل ہوتی ہے جو کہ اعتدال اور اتحاد کے پورے پابند ہوں۔ اس لئے "بدھی" کی تربیت کے طالبوں کے لئے بھی ضروری ہے کہ وہ تمام دیگر قوائے جسمانی و دماغی کو صحیح حالت میں رکھیں۔ تاکہ دو رغبت کو کھل آنے کیطرح موقع پر بھی اپنا ظہور دکھلائے اور منش کی تکمیل فطرت میں جو کمی ہو۔ اس کو پورا کر کے حقیقی مقصد کی کامیابی میں بحیثیت سادھن کے کام دے۔

## بدھی کی تربیت کی ضرورت:-

علم کا حصول دو طرح پر ہوتا ہے اوّل بذریعہ حواس۔ استدلال و شہادت (جس کو پرتیکش۔ انومان اور شبد پرمان کے نام سے بیان کیا گیا ہے۔ یہ طریقہ عوام الناس کے حصولِ علم کا ہے) اس کے لئے "چت" کی تربیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ دوم بذریعہ مکاشفہ (جسکو انبھو پرمان یا الہام کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ یہ طریقہ کامل یوگیوں سے تعلق رکھتا ہے) اس کے لئے "بدھی" کی تربیت ضروری ہے۔ حواس انسانی مخصوص مکان و زمان میں کام کر سکتے ہیں۔ لہٰذا ہمارا علم حواس کے ذریعہ بہت محدود ہوتا ہے۔ ایک کثیر حصہ ہمارے علم کا استدلال سے حاصل ہوتا ہے تمام علوم طبعی۔ نجوم۔ ریاضی۔ فلاسفی وغیرہ اسی پر مبنی ہیں اور تاریخ و جغرافیہ وغیرہ کا علم ہم کو شہادت سے حاصل ہوتا ہے۔ اگرچہ ہمارا استدلال اور شہادت سے حاصل شدہ علم بمقابلہ حواس سے حاصل شدہ علم کے بہت زیادہ ہوتا ہے۔ تاہم محدود ہے۔ اس لئے جب تک انسان کو دوسرا ذریعہ (مکاشفہ) حصول علم کا میسر نہیں

ہوتا۔ تب تک وہ علم کُل پر حاوی نہیں ہو سکتا۔ مثلاً تاوقتیکہ جہاز میسّر نہ ہو۔ وسیع سمندر کا علم محض کنارے پر بیٹھ کر حاصل نہیں ہو سکتا۔ چونکہ تمام دُکھوں کا موجب خواہشات محسوسات ہیں۔ اور اِن کا اصلی باعث "اگیان" یعنے یہ بھرم ہے کہ "انسان راحت کو جو کہ رُوح کا خاصہ ہے۔ اشیاء مادی میں سمجھتا ہے" اور رُوح کی ماہیت (آتم گیان) انسان کے دل پر تبھی روشن ہو سکتی ہے۔ جبکہ مکمل علم حاصل ہو۔ اسلئے تمام دُکھوں (آواگون) سے نجات حاصل کرنے کیلئے لازمی ہے کہ علم کُل حاصل کیا جائے۔ مگر اِس کا حصول چونکہ قوائے مکاشفہ کو کام میں لانے کے بغیر ناممکن ہے۔ اسلئے انسانی زندگی کے حقیقی مدعا یعنے "سچدانند" کی پراپتی کے لئے لازمی ہے کہ "بدھی" کی تربیت کی جائے ؁

**طریق تربیت:-** جسطرح تالاب کے پانی میں تہ کی اشیاء کا نظر آنا اس کے "نرمل اور نشچل" ہونے پر منحصر ہوتا ہے۔ ویسے ہی منش کی ادھیاتمک شکتی کا جلوہ نما ہونا اِس امر پر مبنی ہے کہ اِس کا چت شانت ہو۔ گویا جسطرح چت کی شکتیوں کا کمال (فلاسفی۔ شاعری۔ سنگیت۔ مصوری وغیرہ) تبھی ظاہر ہوتا ہے۔ جبکہ جسمانی حرکات بند ہوں۔ ویسے ہی "بدھی" کی شکتی کا ظہور اسحالت میں ہوتا ہے جبکہ چت کے حرکات بند ہوں۔ چنانچہ نہ صرف مہرشی پاتنجل ہی سمادھی کا سادھن چت ورتیوں کا نرودھ بیان فرماتے ہیں۔ بلکہ مغربی عالمان "سائیکالوجی" کی بھی یہی رائے ہے کہ "سبکانشو مائینڈ" کے آزادانہ طور پر کام میں لانے کے لئے ضروری ہے۔ کہ خاص وقت کے لئے "آبجکٹو مائینڈ" کو حتے الامکان غیر متحرک کیا جائے:۔ ؏

انتر کے پٹ، تب کھلیں جو باہر کے پٹ دے

اسی مضمون کو دوسرے الفاظ میں یوں بیان کیا جا سکتا ہے۔ کہ مکاشفہ استغراق یعنے دھیان سے۔ استغراق یکسوئے دل سے اور یکسوئے دل ترک و شغل یعنے ویراگ و ابھیاس سے پیدا ہوتا ہے انہی چاروں منزلوں کو یوگ سوتروں میں پرتی آہار۔ دھارنا دھیان اور سمادھی کے نام سے بیان کیا گیا ہے۔ چونکہ جسمانی حرکت سے دوران خون اور تنفس میں تیزی پیدا ہوتی ہے اور یہ تیزی دماغ میں تحریک پیدا کرنے کی وجہ سے "چت" میں انتشار پیدا کرتی ہے۔ اس لئے اس سے محفوظ رہنے کے لئے ضروری ہے کہ بیرونی سکون حاصل کیا جائے جس کے لئے یوگ درشن میں آسن اور پرانایام کی ہدایات کی گئی ہیں۔ مانسک چنچلتا کے دیگر اسباب سے بچنے کے لئے یوگ درشن یا گیتا کے چھٹے ادھیائے میں عالم تنہائی وغیرہ کی نسبت واضح ہدایات بیان کی ہوئی ہیں۔ چونکہ ادھیاتمک شکتی سوتے وقت بھی بیدار رہتی ہے۔ اس لئے سونے سے پیشتر انمولی توجہ کے ذریعے کوئی خاص قابل غور امر اس تک پہونچا دیا جائے۔ تو اکثر "سوپن" کی حالت میں بھی یہ اس کے متعلقہ مطلوبہ نتائج قوت حافظہ کے سامنے پیش کر دیتی ہے۔ غرض انسان کی قوت آگاہی سے اس شکتی کا ویسا ہی تعلق ہے۔ جیسا کہ منشور مثلثی میں بنفشی اور سرخ رنگ کے ادھر ادھر کی شعاعوں کا قوت بینائی سے۔ چنانچہ جسطرح "قوت بینائی" بذریعہ مادی آلات کے "ایکس ریز" وغیرہ شعاعوں کو قابل دید بنا لیتی ہے۔ ویسے ہی قوت آگاہی "چت کے نرودھ" کی مشق سے اس اعلےٰ ترین شکتی پر حاوی ہو سکتی ہے ؎

---

# من کا ویراگ

؎ کنچن تجنا سہج ہے سہج تریا کا سنیہہ؛ مان بڑائی ایرکھا دُلبھ تجنا ایہہ؛

(کبیر صاحب)

جسطرح بیرونی دنیا میں ہر شے کی صحت کا انحصار قوت اتصال و انفصال کے ہم آہنگ رہنے پر ہوتا ہے۔ ویسے ہی مانسک صحت بھی اسی صورت میں قائم رہ سکتی ہے۔ جبکہ ہر پہلو میں محبت اور نفرت کو اعتدال پر رکھا جائے۔ چنانچہ باوجود اس امر کے کہ منش کی بزرگی کا انحصار مانسک شکتیوں کی ہی تربیت پر ہے۔ تاہم ایک طرف اگر یوگ آچاریہ مہرشی پاتنجل "سوروپ" کی پراپتی چت ورتیوں کے نرودھ پر مبنی بتلاتے ہیں۔ بمصداق :- ؎

علم را و عقل را و قال و قیل ۔۔۔ جملہ را انداختم در آب نیل

اسم را و جسم را در باختم ۔۔۔ تا کمالِ معرفت دریافتم

تو دوسری طرف ویدانت آچاریہ بھی من کو ہی مایا کا اکلوتا بیٹا قرار دیکر انسان کو حقیقت ذاتی سے غافل رکھنے والا "پرم شترو" ذہن نشین کراتے ہیں۔ اسلئے طالب حق کے دل میں فطرتی طور پر یہ سوال پیدا ہوتا ہے۔ کہ اس "اجتماع ضدین" سے کیا مراد ہے؟ سو معلوم رہے۔ کہ جسطرح "سٹر کفیا" نامی کیمیائی مرکب میں "نائیٹروجن" کی خفیف مقدار بھی انسان کے لئے مہلک زہر کا کام دیتی ہے حالانکہ سانس کی ہوا میں تقریباً اسی فیصدی ہوتے ہوئے کسی قسم کا مضر ہی نہیں۔ بلکہ مفید اثر رکھتی ہے۔ ویسے ہی "انسانی خودی" کا حال ہے۔ چونکہ قومیت سے وابستہ کئے جانے پر از بس مفید ہوتی

ہوئے بھی محدود شخصیت سے تعلق پانے پر ہر قسم کی ترقی میں
سدِ راہ بنتی اور تباہی کا باعث ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ سانپ کی
زہریلی کچلیاں نکالنے کیطرح من میں سے بھی اس "خودی" (انانیت
اونتے) کا خیال نکالنے پر ہی ہر ایک رہنما نے زور دیا ہے۔ چنانچہ
ایک طرف اگر بھگوان کرشن کا یہ کتھن ہے (بھگوت گیتا ادھیائے ۲ شلوک ۷۱)

विहाय कामान्यः सर्वान्पुमांश्चरति निःस्पृहः।
निर्ममो निरहंकारः स शांतिमधिगच्छति ॥२।७१॥

کہ ہے ارجن! جو شخص "میں" اور "میرے" کے خیال سے رہت ہونے
کے کارن تمام خواہشات نفسانی سے وابستگی کو مٹا کر بیوہار میں مصروف
رہتا ہے۔ وہی شانتی کو پراپت ہوتا ہے" تو دوسری طرف تلسی
رامائن میں شری رامچندر جی کا بھی لکشمن جی کو اپدیش کرتے ہوئے
اسی مضمون کا یہ وچن ہے:-

میں اور مور تور تیں مایا — جا بس کینے جیو نکایا
گو گوچر جہاں لگ من جائی — سو سب مایا جانو بھائی
ایشور انش جیو ابناشی — چیتن امل سہج سکھ راشی
سو مایا بس بھیو گوسائیں — بندھیو کیٹ مرکٹ کی نائیں

اگرچہ ان مختصر الفاظ میں "من کے ویراگ" کی رموز اس خوبی سے
ظاہر کر دی گئی ہیں۔ گویا سمندر کو کوزہ میں بند کر کے رکھ دیا ہے۔
کیونکہ درحقیقت مانسک ویراگ سے مطلب "غرور اور تعصب"
نامی دو خرابیوں کو ہی دور کرنے سے ہے۔ جو کہ منش کی باطنی
ترقی میں سدِ راہ ہوتی ہیں۔ لیکن عام طور پر اہل ہند نے چونکہ اہنکار
اور ممتا کے معنے سمجھنے میں ایسا سخت مغالطہ کھایا ہے۔ کہ دین
اور تن کے متعلق اُن کی نادانیوں کو بھی اہنکار کر دیا ہے۔

چنانچہ ایک طرف اگر "مُوڑھ آتما" لوگ کرم اندریوں کو روک کر
لذاتِ محسوسات کا خیال رکھنے سے "متھیا چاری" کا روپ دھارن
کئے دیکھے جاتے ہیں۔ (گیتا ۳/۶) - تو دوسری طرف صرف عقلی ترقی
کرنے سے مکاری کی بیماری میں مبتلا شخص (واچک گیانی) عاقبت
کے خیال کو دل سے دور کرنے یعنے عملی طور پر ناستک ہونے سے
اپنے تئیں "نرلیپ برہم" کا نام دیتے اور اندریوں کو وشئیوں میں لگا
کر ہر قسم کی بدکاریوں کے مرتکب ہو رہے ہیں۔ گویا بجائے اِس کے
کہ انسانی شکتیوں کو ہم آہنگی کی صورت میں نشو و نما دیکر شخصی خودی
غلط عقیدے اور خراب عادات کو ترک کرتے اور اِن کی جگہ خود
ایثاری۔ معقول پسندی اور نیکوکاری کو اختیار کر کے شانتی کے راجیہ
کا کارن ہوتے۔ الٹے جھگڑے فساد۔ حسد و کینہ اور باہمی نااتفاقی
کی بدولت قومی ترقی میں رکاوٹ ڈالتے اور وہ "انارکزم" (بے لگامی)
کا باعث بن رہے ہیں۔ اِس لئے ناظرین کو اِن الفاظ کا مفہوم
سمجھنے میں آسانی پیدا کرنے کی غرض سے ضروری معلوم ہوتا ہے
کہ اِس مضمون پر ذرا وضاحت سے بحث کی جائے۔ کیونکہ:-

؎ جہاں سومتی تہاں سمپتی نانا ۔ جہاں کومتی تہاں وپتی ندھانا

**غرور اور تعصب ترک کیجئے:-** اہنکار کے لغوی معنے "میں"
اور ممتا کے معنے "میرے" ہیں۔ چونکہ اودیا کا سوروپ ہونے

عہ اہلِ حقیقت کی نگاہ سے کائنات میں ایک ہی "سچائی" ہے۔ جو کہ دیش کال اور وستو
کے اختلاف تعلقات سے مختلف صورتوں میں جلوہ نما ہوتی ہے۔ مثلاً (۱) دیش کے لحاظ سے
اگر کوئی شخص صبح سورج کے طلوع ہوتے ہی جبکہ وہ گول سنہری تھال کی صورت میں نظر آتا
ہے خیالی گھوڑے پر سوار ہو کر دس لاکھ میل فی گھنٹہ کی رفتار سے اسکی طرف چلے اور دیر

## مکتی کے راستے کی رکاوٹ سمجھکر شاستر کاروں سے دُور کرنے کی ہدایت

**بقیہ حاشیہ:۔** اور واپس آکر ان تمام تصاویر کو نمائشگاہ میں رکھے تو باوجود اس کے کہ وہ ایک سورج کی ہی تصاویر ہیں۔ تاہم اُنمیں اتنا اختلاف ہوگا۔ کہ ہر روز نقال کیصورت میں سورج کو دیکھنے والا متعصب شخص کبھی ممکن نہیں کہ ان کو ایک ہی شے کی تصویریں سمجھے (۲) کال کے لحاظ سے:۔ اگر کوئی فوٹو گرافر خیالی شخص بذات خود ہر دیر کے وصال پر بنیادی وسیل ابتدے سے شروع ہو کر بوڑھاپے تک اپنی ہر مہینے کی تصاویر کسی نمائشگاہ میں پیش کرے تو اسکو جوانی کیصورت میں دیکھنے والا متعصب شخص کب ان تمام کو ایک ہی ہستی کی تصویریں تسلیم کرسکتا ہے؟ (۳) دستو کے لحاظ سے:۔ اگر سو مصور حقیقہ نما صورت میں کھڑے ہو کر ایک غیر متحرک شخص کی ایک ہی وقت میں تصویریں لیں۔ تو کون نہیں جانتا۔ کہ مختلف پہلوؤں کا عکس ہونیسے وہ تمام تصاویر باوجود اتنی مختلف ہونگی۔ کہ اسکے چہرہ کو دیکھنے والا متعصب شخص ان کو ایک شخص کی تصاویر تسلیم کرنے میں ضرور انکار کریگا۔ علےٰ ہذا القیاس اگر سو آدمی مختلف برتن لیکر ایک ندی سے پانی بھریں۔ تو جسطرح ہر ایک کو وہ پانی اپنے اپنے برتن کی ہی صورت نظر آئیگا۔ ویسے ہی ایک عالمگیر صداقت ہے جو کہ ہر شخص کو اپنے اپنے "من" (قوت آگاہی) کے مٹکے کی صورت میں نظر آرہی ہے۔ بمصداق:۔

> جسکو ہوئی بھاونا جیسی ہری مُورت تس دیکھی تیسی

باینہمہ اہل حقیقت تو اُس کو اپنے "من" کی طرح ہر ایک کے "من" کے اندر بھی وہی "تام روپ ملاپ سے بالاتر سچائی" انبھو کرتے ہیں۔ لیکن صرف اپنے من کی قید میں مبتلا یعنے متعصب شخص اسی کوتہ اندیشی سے باہم گر دست گریباں ہوتے لگ جاتے ہیں۔ کہ "سچائی صرف وہی ہے جو میرے "من" میں محدود ہے" باقی سب جھوٹ ہے۔ تمام مذاہب دنیا کے اختلاف کا باعث تو دراصل ہر ایک رہنما کی فطرت (دیش۔ کال۔ وستو) کا اختلاف ہے۔ لیکن جاہل معتقد اُسی کو عالمگیر سچائی سمجھے ہوئے ہیں۔ دریں حالت اتحاد ہو تو کیونکر؟ ضرورت ہے کہ پہلے اِس اوِدّیا کو دور کیا جائے۔ تا کہ بجائے باہمی جھگڑوں کے "انسانی شکتی" کو بہترین کام میں لایا جاسکے۔ اِسی "غرور اور تعصب" دور کرنے کی فلاسفی کو ماتھیولاجیکل پیرایہ میں ظاہر کرنے کی غرض سے شریمد بھاگوت کار نے بھگوان کو گوپیوں کی "پانی کی مٹکیاں" توڑنے کی صورت میں پیش کیا ہے:۔

کی ہے۔ لیکن چونکہ نہ صرف کسی "ہستی" کو "نیست" کرنا ہی ناممکن ہے بلکہ اگر اس کے لئے کسی قسم کی کوشش بھی کیجاوے۔ تو خلاف قدرت ہونے سے اس کا تکلیف وہ ہونا یقینی امر ہے ۔ دیگر "میں" کا مفہوم بھی سچا آنند واتمک ہونے سے ایسا "پریم کا پاتر" ہے۔ کہ نہ صرف اس سے نفرت کرنا ہی ناممکن ہے بلکہ "ادواسین" رہنا بھی تقریباً ویسا ہی ہے۔ کیونکہ جسقدر "میں" کا کسی شے سے گہرا تعلق ہوتا ہے۔ اتنی ہی وہ زیادہ راحت بخش ہے۔ نیز خاص دلچسپی کا باعث ہوتی ہے حتےٰ کہ اس کے لئے دوسری ہر قسم کی اشیا کی قربانی کرنی سہل معلوم ہوتی ہے اس لئے "میں" کا ناش کرنا تو گویا ناممکن سے بھی دو قدم آگے یعنے "ڈبل ناممکن" کی حد تک پہونچ جاتا ہے۔ اس لئے شاستر کاروں کا مطلب اس کے ناش کرنے سے تو نعوہی نہیں سکتا۔ ہاں البتہ بیرل کے لکڑی کو بغیر توڑے چھوٹا کرنے کیطرح اس "میں" "میرے" کو دور کرنے کے معنے اگر معقول طور پر کچھ ہو سکتے ہیں۔ تو بس یہی کہ مانسک کوششوں کے دائرے کا مرکز جسم اور کنبے سے بتدریج دور کیا جائے اور برف سے بھاپ بنانے کیطرح اسکو ادنےٰ درجے کی کثافت نما حالت سے لے اعلےٰ درجہ کی لطیف صورت میں بدل دیا جائے ۔

**خودی کے درجات :-** چونکہ جہاں یہ "میں" صرف جسم پر حاوی ہوتی یعنے جسم کو ہی "میرا" کہتی ہے۔ وہاں تو تمام کائنات کو جسمانی آسائشوں کے لئے قربان کرنے پہ تیار رہتی ہے۔ بمصداق ع

سگ حضوری بہ از برادر دوری

اور جہاں کنبے پر نافذ ہوتی ہے۔ وہاں اس کی خاطر نہ صرف بیرونی کائنات کی ہی پرواہ نہیں کیجاتی۔ بلکہ محبت باوری کیصورت میں

اپنے جسم تک کو بھی نچھاور کر دیا جاتا ہے اور جب ایک قدم اس سے بھی آگے بڑھکر "سماج" کو بیراگ کہتے ہوئے اس کے روپ میں جلوہ نما ہوتی ہے تو اس کی حدود سے باہر کی دنیا کے علاوہ اپنے شہر اور کنبہ کو بھی اس بگیہ میں آہوتی بنا دیتی ہے۔ اور چوتھی بھومکا پر پہونچکر جب چاروں ورنوں کے مجموعہ یعنے "قوم" پریم میں اپنا سنہری رنگ چڑھاتی ہے۔ تو اس محب القوم کے لئے خودی کی ابتدائی تینوں حالتیں فنا ہو جاتی ہیں۔ گویا وہ قوم کے لئے سب کچھ تیاگ کر ایک ایسی آزاد "انانیت اعلےٰ" بن جاتا ہے۔ جس کی تینوں قیود مٹ چکی ہوں۔ چنانچہ بحیثیت ایک بھارت واسی کے وہ ہمالیہ کی چوٹی (کیلاش) کو اپنا سر۔ راس کماری (رامیشور) کو اپنے پاؤں۔ دوارکا اور جگن ناتھ کو اپنے ہاتھ سمجھتا ہوا۔ اپنی ہر ایک دماغی یا جسمانی حرکت سے تمام آریہ ورت کے لئے ویسے ہی شبھ چنتن کرتا ہے۔ جیسے کہ اونے ترین درجے کی خودی والا اپنے جسم کو آرام پہونچانے کی غرض سے کوشش کرتا ہے۔ ۵

مورڈھ کٹنب پرائن جیسے ویش بھگت چیتن زیب‌یے

اسلئے جس طرح بھیگے کپڑے سے پانی دور کرنے کے عملی طور پر یہ معنے ہوتے ہیں کہ اس کو سورج کی گرمی کے ذریعے بخارات کی صورت دے کر وسیع طبقے میں پھیلایا جاوے۔ ویسے ہی اس "میں" روپی اہنکار کو دور کرنے سے یہ مراد ہے۔ کہ بجائے محدود حالت جسمانی میں بند رکھنے کے اسکو "تپ" کی گرمی سے اتنے وسیع حلقے (ہندوستان میں پھیلایا جائے۔ کہ بجائے خون۔ لعاب۔ پسینہ۔ وغیرہ اور پیشاب کے "غلیظ پنجاب" (جسم کثیف) میں سڑنے کے گنگا۔ گیا۔ اور گوداوری کی پوترتا کو دھارن کرکے اس کا مضر اثر جاتا ہے۔ اور آتشکدہ بادے

(جوالاکھی) کیطرح بند رہنے سے جو اس میں مہلک نتیجہ مخفی ہوتا ہے
وہ ناش ہو جاوے یا سنکھیا کے زہریلے اثر کی جگہ جوکہ "مردہ" (شو)
بنانے کا باعث ہوتا ہے۔ اس کا کشتہ دوائی کیصورت میں "کلیان"
(شو) پراپتی کا کارن ہو:۔ ۵

۱۔ اپنشد میں ہے "کھیو چھوری بھرائی آن نارائن ملنا" بھلی جو کھائے بلید چھان

ورن۔ آشرم:۔ چونکہ یہی باطنی ترقی منش کے گن کرم اور سوبھاؤ کے
اختلاف کا باعث ہوتی ہے۔ اس لئے شاستر درشٹی سے جہاں ایک
طرف شخصی حیثیت سے بچپن۔ جوانی۔ اوودھیڑ اور بوڑھاپے میں شریر
کٹنب۔ سماج اور دیش ہتکاری ہونیسے بتدریج برہمچریہ۔ گرہست۔
بان پرست اور سنیاس کی بزرگی نمایاں ہوتی ہے۔ وہاں قومی حیثیت
سے اشتھول۔ سوکشم۔ کارن شریر اور آتما میں "اہنکار" کے جگہ پانے
پر بولطے درجہ نصیب ہوتا ہے۔ اسکو بالترتیب شودر۔ ویش کشتری
اور برہمن کے ناموں سے بیان کیا گیا ہے۔ بقول مصنف:۔

شریر استھول کی ہی راحتوں کا ہے جو دیوانہ
اسی کی چاکری میں رات دن رہتا ہے مستانہ
نہیں پرواہ ہے عقبےٰ کی نہ مطلب دلش وجاں سے
وہی شودر ہے وہ جسموں کے چیتن جوہر سے بیگانہ
شریر استھول سے بڑھکر بنائی سوکشم میں جا
دماغی رس جو لیتا ہے نہیں طعنہ ہے سہہ سکتا
مصیبت کی تپش کو جھیل کر بھی کیسے کو سکھ دے
وہی ہے ویش چیتن پر کشش کا جلوہ جو دکھاتا
بنایا گھر ہے کارن میں بڑھا ہے "سوکشم" سے جو
ارادہ رکھتا ہے معقول خواہ کوئی کچھ کہے اس کو
فرض اور حق کو سمجھے من میں رکھے پریم جانی کا
وہی چیتن ہے سچا کشتری خواہ جنم سے کچھ ہو
شاکر تینوں قیدوں کو جو آتم رام بن بیٹھا
ہیں چاروں ودن یکساں جسکو پورن کام بن بیٹھا
برہمن ہے وہ چیتن من میں رشیوں کیسے جو رہتا ہے
ترانہ دلیس کا گاوے وہی گھنشیام بن بیٹھا۔

خودی کی اقسام:۔ بالفاظ دیگر کائنات میں خودی کی چار اقسام پائی جاتی
ہیں:۔ شیطانی۔ حیوانی۔ انسانی۔ رحمانی۔

**شیطانی** اِس میں نیت اور کرم دونوں میں خرابی نمایاں ہوتی ہے۔ یعنے بلا وجہ دوسرے کو نقصان پہونچایا جاتا ہے جسے "گناہ بے لذت" کہتے ہیں بمصداق :ے

نیش عقرب نہ از پئے کین است
مقتضائے طبیعتش این است

گویا جسطرح اکثر نادان بچے کیڑے پتنگوں کو بلا وجہ مار ڈالتے ہیں یا پھولوں پتوں کو بیفائدہ توڑ کر پھینک دیتے ہیں۔ ایسے ہی شیطان سیرت اصحاب اپنی دولت طاقت یا حکومت کے ابھمان میں اپنے سے کمزوروں کو تکلیف دینے میں راحت محسوس کرتے ہیں۔ یا علم کے غرور سے عزازیل اور شوپنہ کیتو کی طرح ایسے بے ادب ہو جاتے ہیں کہ بزرگوں کی تعظیم کرنے میں بھی کسر شان سمجھتے ہیں۔ گویا حقیقت ذاتی کو بھول کر جنم یا کرم کے اوصاف پر (جن کا حصول محض اتفاق حالات پر دیکھا جاتا ہے) موروں کے پر پہننے والے کوے کیطرح اینٹھے پھرتے ہیں اور نقلی ڈاڑھی موچھیں لگا کر بوڑھے کہلانے یا سٹول پر کھڑے ہو کر بڑا قد دکھانے میں رس پاتے ہیں۔ جسکا نتیجہ اکثر ذلت اور خواری ہونیسے باعث تکلیف ہی ہوتا ہے بقولیکہ :-

عجب نادان ہیں جن کو ہے عجب تاج سلطانی
فلک بال ہما کو پل میں سونپے ہے گسرانی

ایسے جہل مرکب میں مبتلا اشخاص یہ نہیں سوچتے۔ کہ اس "لا انتہا کائنات" میں ان کا ۔۔۔۔ ساز و سامان گوبر کے کیڑے سے بھی کم وقعت رکھتا ہے۔ نیز یہ چند روزہ زندگی "لا انتہا وقت" میں وہ حیثیت بھی نہیں رکھتی۔ جو کہ ساری زندگی کے مقابلے میں ایک سیکنڈ کی ہوتی ہے۔ اسلئے انکا تکبر سوائے ان کی جہالت کے اور کسی امر کا مظہر نہیں ہوتا :-ے

نہ گور سکندر نہ ہے قبر دارا
مٹے ناموں کے نشاں کیسے کیسے!

(۲) حیوانی خودی :- اِس وصف سے موصوف اصحاب کی نیت اگرچہ طبعاً بُری نہیں ہوتی۔ لیکن خودی کے کمال پر ہونے کی وجہ سے کرم کی بُرائی میں کچھ نفرت نہیں بلکہ خاص رغبت دکھائی جاتی ہے جیسے اکثر اشخاص اپنے سکھ کی خاطر خودی۔ رشوت۔ زنا اور دغابازی وغیرہ کی صورتوں میں دوسروں کو دُکھ پہونچاتے ہیں۔ انسانیت سے متبرا اور دیانت داری سے مبرا ہونے کی وجہ سے ایسے اشخاص ہی "برادران یوسف" کی اصطلاح سے پُکارے جاتے ہیں۔ بقول لیکہ :-

بھاگ اِن بردہ فروشوں سے کہاں کے بھائی؟
بیچ ہی ڈالیں جو یوسف سا برادر ہووے

(۳) انسانی خودی :- انسانی صورت میں "انسانی خودی" کا پیدا کرنا ہر انسان کا فرضِ اعظم ہے۔ کیونکہ اگر انسانیت سے بالاتر جلوہ نہ دکھا سکے۔ تو کم از کم اپنی فطرت کا اظہار تو اصلی صورت میں کرے۔ مگر افسوس! اہلِ ہند میں عام طور پر اس امر کی ضرورت ہے۔ بقول غالب :-

مشکل ہے ہر اک کام کا آساں ہونا
آدمی کو بھی میسر نہیں انساں ہونا

اِس "مظہر انسانیت" میں اگرچہ نیت میں خود غرضی تو موجود ہوتی ہے لیکن وہ انانیت اعلےٰ کے اتنی قابو میں ہوتی ہے۔ کہ بلحاظ شرافت دوسروں کو دُکھ پہونچا کر ہی سکھ حاصل کیا جاتا ہے۔ خواہ دنیا داری کے بیوپار یا دیگر کاروبار کی صورت میں ہو۔ خواہ یگیہ دان وغیرہ سے نیک نامی اور شہرت حاصل کرنے کی شکل میں۔ غرض یہ ہے۔ کہ گو عقل کل سے انسان محروم ہو۔ لیکن اخلاقی حس ضرور رکھتا ہو۔ بقول مصنف :-

ضبط و ایثار کے اوصاف ہوں زینت جسکی ہے وہ انسان ہو انسان کی طینت جسکی
ورنہ مندر میں یہ سب سوانگ بنے بیٹھے ہیں کہنے دو پیٹیں ہیں نجاست جو بنے بیٹھے ہیں

**(۴) روحانی خودی:-** اس قسم کی خودی چونکہ عقل و اخلاق کے کمال پر مبنی ہوتی ہے۔ اسلئے نہ صرف اس میں کرم ہی صحیح اور نوع انسان کے لئے سکھدائی ہوتے ہیں۔ بلکہ نیت بھی پر اوپکار کے جذبے سے بھرپور ہوتی ہے۔ گویا دوسروں کے سکھ پہونچانے کے لئے خود دکھ اٹھانے میں بھی دریغ نہیں کیا جاتا۔ بلکہ اپنی تکمیل فطرت کا سادھن سمجھکر ان دکھوں کو بھی اسی رغبت سے برداشت کیا جاتا ہے۔ جیسے پہلوان لوگ کشتی کا فن سیکھنے میں چوٹیں کھاتے ہیں۔ بقولیکہ:- مجھے اس درد میں لذت ہے ملے جوش جنون اچھا۔ میرے زخم جگر کے ہر کھڑی ٹانکے اُدھیڑے جا رہا ہے ہوش کچھ باقی ابھی ابھی اب نشتر چلا۔ یہی آہنگ اے مطرب ہیر راگ اور چھیڑے جا بھگوان کرشن کا بے ہتیار رہنے کی شرط کئے جانے پر بھی مہابھارت کے میدان میں مصیبت زدہ اور کمزوروں کو مدد پہونچانا اور مہاتما بدھ کا نوع انسان کی رہنمائی کے لئے راج چھوڑ کر خود مصیبتیں اٹھانا اسی باطنی کمال کی مثالیں ہیں۔ گویا ان کا دروہی یہ تھا:- ؎

سینے میں میرے تیر لگاؤ تو غم نہیں
لیکن تمہارے ہاتھ کو صدمہ نہ ہو کہیں

چونکہ عملی پہلو میں نیت اور کرم دونوں کے نقطہ نگاہ سے ان چاروں اقسام میں سے ایک سے دوسری "خودی" اعلے درجے کی مظہر ہے اسلئے جسطرح یہ جملہ کہنے سے کہ "شہر میں کوئی بیمار آدمی نہ رہے" صاف یہ ظاہر ہے کہ ہر ایک شخص کو تندرست ہونے پر زور دیا گیا ہے۔ نہ کہ بیماروں کی ہستی مٹانے پر۔ ویسے ہی خودی دور کرنے کی ہدایت سے یہ مراد ہے کہ اعلے درجے (شووہم۔ سوہنگ) کی خاطر ادنے

دیہہ کی خودی (دولتمند۔ خوبصورت۔ طاقتور۔ حاکمِ وقت وغیرہ کے
خیالی فخر) کو ترک کیا جاوے۔ کیونکہ یہی وہ مسیحائی صلیب ہے جس پر
چڑھنے سے دوسروں کے دُکھ برداشت کرنے کی قابلیت اور "امرت
پتر" کہلانے کا استحقاق حاصل ہوتا ہے۔ دوسروں کے دُکھ دیکھ کر
رونا ہی خودی کی قربانی یا پریم کا سچا معیار ہے۔ بقولیکہ:-

ہاتھ خالی مردم دیدہ بتوں سے کیا ملیں
موتیوں کی پنجۂ مژگاں میں اک مالا تو ہو

اسی سچے "پریم" کا روپ دھارن کرنے سے گیانوان ہر کہ و مہ کے دل میں
جگہ پاتا اور ہر کس و ناکس کو "پرماتما" کے روپ میں نظر آتا ہے:-

شیووں کی یاد میں رو رو کے ہم گنگا بہا گئیں ؛ گے ہیں اپنے اشکوں کی ندی اب رُندھ الا ہے
بتانِ ہندوستان کو سمجھکر تیرتھ آتے ہیں ؛ دلِ آتش فشاں اپنا کوئی دن تیرتھ والا ہے

**"سائیکالوجی" کے نقطہ نگاہ سے "خودی" کی حقیقت:-** اور اگر "مانسک ودیا" کے پہلو سے
دیکھا جائے۔ تو بھی اس "خودی" کی
ہستی موہوم ثابت ہوتی ہے۔ کیونکہ پیدائش سے کئی مہینے بعد تک بچے
کو "میں، میرے" کا خیال نہیں ہوتا۔ جوں جوں اس کے حواس کے تجربات
بڑھتے جاتے ہیں۔ اور وہ دنیاوی اشیاء میں تمیز کرنا سیکھتا ہے تیوں
تیوں اسکو بمقابلہ دیگر اشیاء عالم کے اپنے جسم کی اپنے سامنے ہر وقت
موجودگی اور اسکی بدولت بیرونی محسوسات سے سُکھ دُکھ کے تاثرات
پہونچنے سے "جسم کثیف" میں خودی کا یقین ہوتا جاتا ہے اور وہ غیر سے
اپنے تئیں علیحدہ سمجھنے لگتا ہے۔ جس کی تصدیق وہ اپنا "نام" اپنے "جسم"
سے وابستہ کرنے سے کرتا ہے (۲) اس کے بعد بتدریج وہ خودی ترقی
کرکے جسم سے "من" پر عاید ہوتی ہے۔ جبکہ وہ اعضاء جسمانی کے اندرونی
احساس سے سُکھ دُکھ کے تاثرات پاتا ہے۔ اور اپنے محسوسات۔

خواہشات اور ارادوں میں وحدت کا جوہر دیکھتا ہے۔ گویا کسی۔ خواہش کے بموجب کام کرنا اس کے خیالات اور اعمال میں وحدت کا رشتہ قائم کرتا ہے لیکن جسم کے ناقابل عمل ہونے پر منبع خواہشات اس سے علیحدہ اپنا آپ یقین ہوتا ہے نیز کافی علم حاصل کرنے پر بیرونی اشیاء کے "احساس" اور ان کے "خیال" میں فرق کر سکنے پر اس کی اندرونی خودی پختہ ہوتی ہے۔ یہ خودی کا خیال بول چال سے بھی نشوونما پاتا ہے۔ کیونکہ اس کو ہمیشہ ایک ہی نام سے پکارا جاتا ہے۔ جس سے اس میں اُس نام اور اپنے جسم کی مشترک خودی، نام روپ کی زنجیر مضبوط ہوتی جاتی ہے یہاں تک کہ وہ اپنے جسم کئے گئے کام کو اپنے "نام" سے ہی منسوب ہوتا ہوا دیکھنے میں رس پا سکتا ہے۔ حالانکہ نام کا مفروضہ اور روپ کا تغیر پذیر ہونا مسلمہ ہے۔ دیگر اشخاص کی طرف سے غمخواری کرنے یا خواہشات کے دریافت کرنے کی صورت میں لفظ "تم" کا استعمال بھی اس کو غیروں سے علیحدہ کرنے میں مدد دیتا ہے۔ یہ امر روز روشن کیطرح عیاں ہے۔ کہ وحشی اقوام کی طرح بچپن میں بھی "میں" کا خیال صرف مادی ہی ہوتا ہے۔ یعنے وہ اپنے تئیں جسم میں کسی خاص جگہ (عموماً سینہ یا سر میں) پر مقیم مانتا ہے۔ لیکن جوں جوں سماج کیطرف سے اس پر اخلاقی فرائض کا بوجھ پڑتا ہے۔ وہ بتدریج روحانیت کیطرف مائل ہوتا ہے اگرچہ نیند یا امراض کی وجہ سے سلسلۂ یادداشت ٹوٹ جانے کے علاوہ سالہا سال کے واقعات کا بھول جانا اور خیالات خواہشات اور دلچسپیوں کا بدل جانا زمانہ حال کو زمانہ ماضی سے ایسا علیحدہ کر دیتا ہے۔ کہ بہت سی اپنی متعلقہ باتوں کا صرف دیگر اشخاص کے کہنے سے ہی یقین ہوتا ہے۔ تاہم جسطرح خیالات۔ جذبات

اور ارادے ہمعصر ہوتے ہوئے جسم کے مختلف اعضاء کی طرح
بلحاظ دیش کے وحدت شخصی کا ثبوت بہم پہونچاتے ہیں۔ ویسے
گذشتہ واقعات اور ذاتی تجربات کا خیال میں آنا بلحاظ کال کے اس
کی ذاتی وحدت کو ذہن نشین کراتا ہے۔ جسمانی احساس کے ساتھ
اپنے گذشتہ واقعات کی یاد مل کر محدود شخصیت ماننے کا باعث ہوتا
اس دلیل سے ظاہر ہے کہ جب کبھی کسی بیماری کی وجہ سے اچانک
جسمانی شکل اور احساس میں تبدیلی ہو جاتی ہے۔ تو یکدم اس کے
ساتھ ہی شخصیت کا خیال بھی بدل جاتا ہے۔ چنانچہ عالم بیداری میں
محسوسات کا فوری تغیر ہونے سے عالم خواب کی شخصیت کو موہوم
قرار دینا ہر شخص کا ذاتی تجربہ ہوگا۔ (۳) ان دونوں (تن من) سے بالا
تر خودی کے نشوونما کی وہ حالت ہے جو کہ عقلی۔ اشراقی اور اخلاقی اوصاف
کے کمال حاصل کرنے پر اپنے چال چلن میں مستقل خصوصیت پیدا ہونے
سے سچائی خوبصورتی اور فرض کی حس نمودار ہونے پر اعلیٰ درجہ
کے خیالی "انتخاب" (عمومیت) کا نتیجہ ہوتی ہے۔ چونکہ انسانی
"فرض" کے حلقے میں نہ صرف اپنی یا اپنے ہمعصروں کی ہستی ہی قائم
رکھنی شمار کیجاتی ہے۔ بلکہ اپنے جانشینوں (نسل) کی ہستی کو قائم کرنا بھی
شامل ہے جس سے دیش کال کی حدود سے بالاتر یعنی لامحدود ہستی "اسے
ابدیت" کا بھی پایا جاتا ہے۔ جو کہ سنسکرت کے لفظ "ست" کا مفہوم

ہر شخص کے دل میں "زندہ رہنے کی خواہش" سے بیرونی عالم میں اگر "دوامی زندگی"
کی سوجھ کی پر دلالت ہوتی ہے تو "احساس" ہمدردی یا فرض "شخصی زندگی کے
شرو یا کپ" ہونے کا مظہر ہے۔ ورنہ دھرم کرم سب بیکار ہو جائیں گے۔ تین قدموں
میں ترلوکی (تن، من، آتما) پر حاوی ہو جانے سے اس خودی کی خدائی کا بھگوان یا من
اوتار کے استعارے سے بھی تعلق ظاہر ہوتا ہے۔

ہے - اور سچائی کا حصول علم کُل پر مبنی ہے - جس کو "چت" کہا گیا
ہے اور خوبصورتی کا احساس سُرور مطلق کا باعث ہوتا ہے - جسکو "آنند"
کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے - اس لئے اس صورت میں اسکی خودی
دراصل "سچدانند" سوروپ میں ہی قیام پاتی ہے - جس حقیقت کو چھاندوگیہ
اونپشد میں اودالک رشی نے اپنے پُتر شویت کیتو پر سمجھایا گیا
"برہم" کے اوصاف بیان کرنے کے بعد "تتوم اسی" نامی مہاواکیہ سے ظاہر
کیا ہے - کہ وہ "تو ہے"۔ علاوہ ازیں بمصداق "کُلُّ شَیْئٍ یَرْجِعُ اِلٰی
اَصْلِہٖ" یعنی یہ حقیقی وحدت کا ہی رشتہ ہے جو کہ انسان کے دل میں
ہمیشہ "بقاء دوام - علم کُل اور سرور مطلق" کی خواہشات کی صورت میں
حرکت پیدا کرتا رہتا ہے:-

ہر کسے کو دور ماند از اصل خویش
باز جوید روزگار وصل خویش

بہرحال مطلب یہ کہ جسطرح شروع بچپن میں وہ "میں میرے" کے
خیال سے مبرا ہوتا ہے - ویسے ہی اس آخری حالت میں وہ اپنی ہستی کو
برہمانڈ سے ایکتا کے رشتے میں وابستہ کرکے خودی کے خیال سے بالاتر
ہو جاتا ہے - گویا بمصداق ع "ابتدائے کار جو تھی انتہائے کار تھی" وہ
اپنی فطرتی بیخودی کی حالت کو حاصل کرتا ہے جو کہ تن من سے تعلق باندھنے
کی صورت میں غیر حقیقی ہونیسے دُکھ کا کارن ہو رہی تھی - پس خودی یا
اہنکار کے دُور کرنیسے یہ مراد نہیں کہ انسان خودداری کی سپرٹ کو
دُور کر دے - بلکہ غیرت کو کام میں لاتا ہوا - اس "غرور" کی بیخکنی کرے
جو کہ مار آستین کیطرح بیجا خودنمائی اور خودپرستی کیصورت میں تکمیل فطرت
کا سد راہ ہوتا ہے - گویا جسطرح غلط حرف کے مٹانے کو صحت خطی
قرار دیا جاتا ہے - ویسے ہی انسان میں جو "غلط خودی"[۱] قائم ہو کر مہلک

ع۱ "غلط خودی" سے مراد انسان کا بالذات حواس یا خودنمائی کے جذبہ میں سرمست رہنا ہے

رسولی کی طرح اس کو خودکشی کیطرف لے جاتی ہے "قومی محبت" کا پیالہ پی کر اس کی جڑ کاٹے۔ اسی کا نام آب حیات یا امرت کا گھونٹ ہے:

پینا چاہے پریم رس راکھا چاہے مان۔
ایک میان میں دو کھڑگ دیکھا سنا نہ کان

**افراد اور قوم کا تعلق:۔** کیونکہ افراد سوسائٹی کی مشابہت اعضا جسمانی کے ساتھ کچھ انفیسی موزونیت رکھتی ہے۔ کہ ویدوں کے زمانے سے لیکر بیسویں صدی کے مغربی محققین تک برابر اس کا استعمال کر رہے ہیں۔ وجہ یہ ہے۔ کہ جسطرح ہر ایک عضو جسمانی باوجود اپنے کام (مثلاً جگر صفرا بنانے یا گردے پیشاب پیدا کرنے) میں آزاد ہونے کے نہ صرف اپنے عمل سے جسم کے باقی تمام اعضاء پر ہی خاص اثر رکھتا ہے بلکہ خود بھی اِن کے عمل سے موثر ہوتا رہتا ہے (حالانکہ علاوہ تمام اعضاء کے باہمی ایکدوسرے کی موجودگی یا اس عملی نتیجہ سے لاعلمی رکھنے کے اکثر "شخصی آگاہی" کو بھی اِن کی موجودگی یا عمل کا علم نہیں ہوتا) ویسے ہی ہر فرد سوسائٹی کا معاملہ ہے۔ یعنے اگرچہ علاوہ "قومی آگاہی" کے جس کی بظاہر عدم موجودگی کے باعث راجا کا ہونا ضروری سمجھا گیا ہے)۔ اکثر اشخاص بھی ایکدوسرے سے ناواقف ہوتے ہیں تاہم نہ صرف ہر شخص کی آزادہ روی کا اثر سماج یا قوم پر ہی ہوتا ہے۔ بلکہ وہ خود بھی اُن کے زیر اثر ہی تکمیل حاصل کر سکتا ہے۔ چنانچہ ایک طرف اگر بلحاظ

---

بقیہ حاشیہ صفحہ ۱۴۳: کیونکہ نہ صرف سواس ا، ہی انسان کمل نہیں۔ بلکہ خود نمائی کا محرک یعنے اہنکار بھی انسانی قدرت کو اپنے حلقے میں نہیں محدود کرتا۔ گویا انسان "حواس وعقل اور اخلاق در روح چاروں قسم کے قواء کے مجموعے کا نام ہے اسلئے صحیح "خودی" والا صرف وہی ہوسکتا ہے جو کہ اِن تمام کی ہم آہنگ نشوونما کرتا یعنے ابھیاس کے ساتھ ہی ویراگ کے سادھن کو بھی جگہ دیتا ہے۔ بقول کسے :۔ پاس اپنے دل کے سر دلکو بھی دے جگہ جناب۔ خوش کیجئے اک غم اٹھا کے لئے

"دولت" قومی خوشحالی کا انحصار افراد قوم کی مجموعی اعلےٰ وادنیٰ حالت
پر دیکھا جاتا ہے تو دوسری طرف بلحاظ "صحت" کے بھی متعدی امراض
ایک سے دوسرے پر اثر انداز ہو کر اس امر کو واضح کرتے ہیں۔ کہ
گو بظاہر افراد علیحدہ ہوں۔ لیکن جسطرح ایک عضو جسمانی کی بیماری
سے دوسرا عضو اثر پذیر ہو کر جسمانی وحدت کا ثبوت بہم پہونچاتا ہے
ویسے ہی ایک شخص کی بیماری دوسروں پر اثر انداز ہو کر ان کی باہمی
وحدت پر دلالت کرتی ہے۔ علاوہ ازیں باہمی تبادلہ خیالات ہونے سے
ایکدوسرے کی مانسک شکتیوں کا خاص حد تک ترقی پانا ان کی باہمی وحدت
کا ایک اور ثبوت ہے۔ مطلب مختصر یہ کہ خواہ بلحاظ "دھن اور تن" کے
دیکھا جائے یا بلحاظ من کے۔ تمام افراد سوسائٹی ایکدوسرے سے
اثر پذیر ہونے کی وجہ سے ویسے ہی ایک "کل" کے اجزا ہیں۔ جیسے
اعضاء جسمانی ایک شخص کے۔ فرق صرف یہ ہے۔ کہ اعضاء جسمانی
کی وحدت بذریعہ خون اور اعصاب کے جلوہ نما ہوتی ہے۔ اور افراد
قوم کی وحدت بذریعہ عناصر خمسہ اور علم و عمل کے ٭ اس لئے جسطرح
کسی عضو کا "ہوم خودی" میں مبتلا ہو کر صرف اپنے فوائد کو ہی
ملحوظ رکھنا۔ جسم کو نقصان پہونچانے کے ساتھ خود اس کی بھی موت کا
کا باعث ہوتا ہے۔ (جیسا کہ سرطان وغیرہ مہلک رسولیوں میں دیکھا
جاتا ہے) بلکہ اکثر شخصی "آگاہی" کو اس کی موجودگی کا احساس بھی ایک
قسم کی بیماری کا مظہر ہوتا ہے۔ ویسے ہی کسی خاص شخص کا حقیقی
خودی سے گزر کر اپنی شخصیت کو قوم میں خصوصیت سے "نمایاں" کرنے کا

٭ اس سے مراد ایسے اشخاص سے ہے۔ جن کا یہ کلام ہو: "نیکی سے ہمیں کام ہمیں نام سے
غرض" ۔ بدنام اگر ہونگے تو کیا نام نہ ہوگا۔ جو لوگ نیکی کرنا اپنا دھرم سمجھتے ہیں اور اسکی بدولت
شہرت پاتے ہیں ایسے لوگ تو چھپنا بھی چاہیں تو روشنی کے مینار کی طرح سمندر پار سے نظر آجاتے ہیں مگر ایسا

شوق نہ صرف قوم کو نقصان پہونچاتا ہے بلکہ اس کی اپنی بھی تکلیف اور
ہلاکت کا ہی باعث ہوتا ہے۔ کیونکہ جہاں ایکطرف وہ ہر وقت جھوٹی
شہرت وغیرہ سامان "خودی" کے تلاش میں رہنے سے "بد اعتدال" یعنے مریض
شخص کی طرح دنیا میں سکھ نہیں پاتا۔ اور طمع کے آگ میں رکھنے کی طرح
امتحان کے وقت تمام قلعی کھل جانے سے سخت ندامت اٹھاتا ہے۔
وہاں دوسری طرف خود اختیاری کی منزل تک نہ پہونچنے کی وجہ سے اپنی
تکمیل فطرت میں ناقص رہنے کے باعث ابدی زندگی سے بھی محروم
رہجاتا ہے۔ پس اہل حقیقت کا یہی فرمان قابل قبولیت ہے۔ کہ اس جسد
کی بنا "ناقص خودی" کو جو کہ دھوبی کے کتے کی طرح کبھی گھر اور کبھی گھاٹ
(یعنے کبھی تن اور کبھی من) پر جگہ بناتی پھرتی ہے۔ ان عارضی صورتوں کے
برخلاف تخت حقیقت (ملکی خودی) پر بٹھا دیا جاوے۔ تاکہ بجائے ڈی۔ او
جی = ڈاگ (Dog) یعنے کتا بننے کے۔ جی۔ او۔ ڈی = گاڈ (God)
یعنے خدا کا روپ دھارن کرنے۔ کیونکہ مغربی علماء کے نقطۂ نگاہ سے
بھی "شخصی مکتی نہیں بلکہ قومی نجات" ہی ہر ایک کا مقصد حقیقی ہونا اس کی تکمیل
فطرت کا باعث ہو سکتا ہے:۔

از راستی است جادۂ الف درمیان جان — واؤ از کجی ہمیشہ بود درمیان خون
جب انساں کو سگ دنیا نہ پایا — فرشتہ اس کا ہمسایہ نہ پایا

**ترک تعصب:۔** چونکہ "علمی ترقی" کے معنے ہی خیالات کی تبدیلی
کے ہیں۔ اسلئے جو شخص بدیں وجہ کسی کے معقول خیال کو قبول نہیں کرتا
کہ اس کو اپنے خیال سے خاص انس ہے۔ ایسا متعصب شخص اپنے
کنویں تک ہی حلقہ خودی محدود رکھنے والے کیطرح کامیابی کا منہ
نہیں دیکھ سکتا۔ غرض یہ ہے کہ جسطرح تجارت کے نقطۂ نگاہ سے
روپیہ کا۔ صحت جسمانی کے خیال سے دوران خون کا۔ قومی ترقی

کے لحاظ سے خیال وحدت کا نہ کرنا مہلک ہوتا ہے۔ ویسے ہی
باہمی تبادلۂ خیالات نہ کرنا مانسک جیون پر مضر اثر رکھتا ہے۔ اس
لئے ہر فرد قوم کے لئے نہ صرف ستیہ گیان حاصل کرنے کی غرض سے
(مہاراجہ جنک کے "من" کو گورو دکشنا دینے کیطرح) تعصب کو ہی چھوڑ
دینا چاہئے بلکہ خود بھی بھگوان وشنو کیطرح گیان کی گنگا چرنوں سے
راستے بہا دینی چاہئے۔ گویا شودروں کو بھی ایسے ودوان بنانے کا
یتن کرے کہ اگیان روپ پاپ میں پھنسے ہوئے لوگ ان کی سنگت
سے شدھ ہو جائیں۔ کیونکہ نہ صرف اس "عام تعلیم" کی بدولت (اہل فرنگ
کے بجلی بھاپ وغیرہ خدمات لینے کی طرح) جڑ پدارتھوں سے ہی "دیوتا" کا
کام لیا جا سکتا ہے۔ بلکہ سوراجیہ یعنے مکتی کا راستہ بھی اس کے بغیر اور
کوئی نہیں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ سچے گیان کے لینے اور دینے والوں
یعنے برہمچاری اور سنیاسی کے سر پر ہنس ہونے یعنے چار ترک (۴
ترک دنیا ترک عقبے ترک مولے ترک ترک۔) کی ٹوپی دھارن کرنے
کی بمقابلہ تاج شاہی کے زیادہ عزت بیان کی گئی ہے:۔

تاج بخشان جہان اند گدایان چند
یہ گدائی ورت شاہی عالم چہ کنیم

**منش کی علمی اور عملی حدود:۔** دوسرا امر "ترک خودی" کے متعلقہ
قابل اظہار یہ ہے کہ منش کی علمی اور عملی شکتیوں کی حدود کہاں تک
ہیں؟ تاکہ کوئی شخص ان سے آگے بڑھنے کا دعوے کرنے بالفاظ
دیگر "العیمانی" ہونے کا مرتکب نہ ہو:۔

"اول علمی پہلو میں تو چونکہ بنیادی عناصر حواس کے ہی ذریعے حاصل
ہوتے ہیں۔ جن کی رسائی "دیش کال اور وستو" کے تعلقات سے بالا
تر نہیں ہوتی۔ اسلئے "نرگن اوستھا" کے گیان کا دعوے ویدوں
کے کتھن انوسار صرف "نیتی نیتی" سے ہی ہو سکتا ہے:۔

بھیکھا بات اگم کی کہن سُنن میں نا نہہ
جو جانے سو نا نہہ کہے۔ کہے سو جانا نہہ

برخلاف اِس کے مُثبت طور پر وحدت حقیقی کے علم کا دعوے کرنا سراسر باطل ہونے سے اگیان کا ہی مظہر ہے۔ لیس نہ صرف اہل ہند کیلئے خود ایسے خیال سے علیحدہ رہکر ہمیشہ "علم تقاقات" (سائنس = اتحادِ ثلثہ) کے مطالعہ سے رغبت رکھنی چاہئے۔ بلکہ اُن دھوکا دینے والے "گوروؤں" سے بھی عوام کو بچانے کی کوشش کرنی چاہئے۔ جو کہ خلاف عقل باتوں کو چالاکی سے بیان کر کے سادہ لوح اشخاص کو اپنے بندۂ بیدام بنا کر ان کی گاڑھے پسینے کی کمائی پر عیش سے دن گذارتے ہیں۔ دیگر امر یہ ہے کہ ہر شخص کی مسلمہ صداقت بلحاظ اُس کی فطرت یعنی قواء حواس و ذرائع اور مشاہدات اور تجربات کے چونکہ ویسی ہی مختلف ہوتی ہے۔ جیسے جسمانی صورت کا ایک دوسرے سے اختلاف ہوتا ہے اِسلئے باوجود اپنے اعتقاد پر مضبوطی سے قائم رہنے کے بھی دوسروں کے عقاید کا مناسب ادب و لحاظ رکھنا ضروری ہے۔ کیونکہ بالکل مخالفت رکھنے پر بھی ہر شخص اپنی مسلمہ صداقت پر قائم رہنے کا یکساں حق رکھتا ہے۔

"دوم" عملی پہلو میں "سدھیوں کا حاصل کرنا" اور "فعل بالمختار ہونے کا دعویٰ کرنا" دو امور قابلِ غور ہیں:-

**سدھیوں کی حقیقت:-** چونکہ خود پرستی کے دلدادے "سدھیوں" کی تلاش میں اکثر مصیبتیں اٹھاتے رہتے ہیں۔ اِس لئے اُن کو معلوم رہنا چاہئے۔ کہ اوّل تو ان کی ماہیت وہی ہے۔ جو کہ شروع میں بیان ہو چکی ہے۔ دیگر بفرض محال اگر کسی شخص میں کسی قسم کی غیر معمولی طاقت پائی بھی جاوے۔ تو کچھ بڑی بات نہیں کیونکہ

"مسئلہ ارتقا" (ایمبریالوجی اور کمپیریٹو اناٹومی) کے مطالعہ سے ثابت ہوتا ہے
کہ انسان میں بہت سے ایسے اعضاء بھی پائے جاتے ہیں جو کہ ادنا
درجے کے حیوانات میں تو کار آمد ہیں۔ مگر صورت انسانی میں بیکار ہیں
(جیسے مرد میں پستان وغیرہ) اسلئے اگر ایسے اعضاء جسمانی یا مرکز
دماغی (جو کہ حیوانات میں کام دیتے ہیں) انسان میں بھی کام دیتے
نظر آئیں تو اگرچہ نٹوں اور سرکس کے تماشا گروں کی طرح (جو کہ بندر
کی مانند رسیوں پر پھاندتے یا چلتے ہیں) باعث عجوبہ تو جاسکتے ہوں لیکن
در اصل اس شخص کی بزرگی کا نہیں۔ بلکہ انسانی شرافت کے نقطۂ
نگاہ سے اسکی گراوٹ یا بیماری کا ہی ثبوت دیتے ہیں جیسے ہسٹریا
اور "سمنبولزم" میں بعض حیوانی "انسٹنکٹ" جاگ اٹھتی ہیں۔ جو کہ
معمولی زندگی میں بعید الفہم ہوتی ہیں۔ کیونکہ زندگی کی جدوجہد میں بیرونی
حواس و حرکات کی تیزی حیوانات کا اور دماغی ترقی انسان کا وصف
ہے۔ اسلئے اگر کسی شخص کے لئے دیوار کی آڑ میں کسی شے کی موجودگی
کا جان لینا ممکن ہو تو در اصل یہ امر اس کے دماغ میں کتے کی سی
کسی نئی ساخت کا ہی اظہار کرتا ہے جو کہ پوشیدہ ہونے پر بھی شکار
کو تلاش کر لیتا ہے گویا اس میں "جیکب سنز آرگن" کا سا عضو جو
عموماً جنین میں معدوم ہو جاتا ہے۔ دوبارہ نمود پذیر ہو آیا ہے اسی
طرح پر کانوں کا ہلا سکنا گھوڑوں کے۔ ہوا میں اڑ سکنا پرندوں کے
زر کا دودھ پیدا کرنا کنگرو کے۔ پانی پر چل سکنا بطخ یا مرغابی کے اوصاف
کا مظہر ہوتا ہے۔ بشرطیکہ یہ امور بھی واقعی ہوں۔ ورنہ اکثر تو مداری
کے شعبدے ہی ہوا کرتے ہیں۔ جن کو جاہل لوگ "سادھی" مان بیٹھتے
ہیں۔ مثلاً فاسفورس کی بدولت آگ بھڑکا دینا وغیرہ۔ ایسے ہی مچھلی پانی
کی گہرائی اور پرندے یا چیونٹیاں آنے والے موسمی تغیر کو جان لیتے

ہیں - نیز ریچھ وغیرہ جانور مہینوں بغیر کھانے کے سمادھی کی سی صورت میں سوئے رہتے ہیں - اسلئے ایسی سدھیوں کو ان کے اوصاف پر محمول کیا جا سکتا ہے - وغیرہ وغیرہ مطلب مختصر یہ کہ جہاں ایک طرف ایسی طاقتوں کے حصول کے لئے جواہرات کے لالچی کی طرح غیر مناسب محنت کرنی پڑتی ہے - وہاں فائدہ کچھ بھی نہیں بلکہ الٹا نیچے گرانے کا باعث ہوتی ہیں - اسلئے بہتر یہی ہے کہ بجائے "سدھی" حاصل کرنے کے "سیدھی" "سڑک" (جادۂ اعتدال) پر چلا جائے جس سے لفد راحت اور ابدی زندگی نصیب ہو -

(۲) "فعل بالمختار" ہونے کا وہم :- حالانکہ عام لوگوں کی نگاہ میں یہ امر واقعی ہے - تاہم اہل معرفت کے خیال میں چونکہ کسی شخص کا یہ دعوےٰ کرنا کہ "وہ جو چاہے سو کر سکتا ہے" ایک قسم کا "ابھمان" یعنے جھوٹا خیال ہے (گیتا ۳ ادھیائے ۲۷) اس لئے ضروری معلوم ہوتا ہے - کہ اس دعوے کی اصلیت پر بھی کچھ وچار کیا جاوے :- اس میں کچھ شک نہیں کہ قوائے جسمانی کے تربیت یافتہ ہونے پر انسان کسی حد تک اپنے ارادے کے بموجب کام کرنے پر قادر دیکھا جاتا ہے - لیکن جب سوال "ارادے" کی آزادی کے متعلق ہو تو معاملہ برعکس نظر آتا ہے - کیونکہ اگرچہ "حقیقت انسانی" اپنی آزادگی کا جلوہ ارادے کی صورت میں دکھاتی ہے - لیکن بغور دیکھیں - تو "ارادہ" بذات خود بلحاظ "حالات" انسانی کے مجبوری کا مظہر ہے - گویا کسی مخفی طاقت سے تحریک پاکر ظہور پکڑتا ہے - چنانچہ ایک طرف انگریزی زبان میں اگر جسمانی فعل کو "ایکشن" اور ذہنی حرکت کو "پیشن" کہنا ان کی حقیقت کے "ایکٹو" (خود اختیاری) اور "پیسو" (غیر اختیاری) ہونے پر دلالت کرتا ہے تو دوسری طرف سنسکرت زبان میں "سروانترامی"

(ہر ایک۔ کے من کو قابو میں رکھنے والا) لفظ کے معنوں سے بھی صاف ظاہر ہے کہ ہر شخص کا "من" "ایک غیر طاقت کے اختیار میں ہے نہ کہ خود مختار۔ چونکہ "فزیالوجی" کے فرمان کے بموجب وہ "مخفی طاقت" سوائے "دماغ کی ساخت" اور اس پر اثر انداز ہونے والے "اندرونی و بیرونی حالات جسمانی" (مثلاً خون کی مقدار و اوصاف۔ جسم کی صحت و مرض کے احساس۔ موسم کی گرمی و روشنی وغیرہ کے درجات) کے اور کچھ نہیں۔ اس لئے جسطرح حیوان بچے شاہ دولے کے چوہے۔ شرابی یا مریض شخص کو "فعل بالمختار" نہیں کہا جا سکتا۔ ویسے ہی دیگر اشخاص کو بھی "مجبور" ہی ماننا چاہیئے گو "درجہ مجبوری" میں فرق ہو سکتا ہے۔ لیکن قسم کا فرق نہیں۔ کیونکہ نہایت اغلب ہے جسکو ہم آزادانہ فعل سمجھتے ہوں وہ دراصل آنتوں میں خوراک کے سڑنے سے جو فینائل ایلکوہال وغیرہ" زہریں پیدا ہوتی ہیں۔ اِن کے جذب ہونے کا نتیجہ ہو جو کہ اگرچہ بظاہر کسی مرض کا باعث نہیں ہوئیں لیکن دماغ جو ایک لطیف ترین عضو ہے اسکو اپنے اثر سے موثر کر چکی ہوں۔ کون نہیں جانتا۔ کہ وہ بُرے اعمال جن کو اخلاقی نقطۂ نگاہ سے ناپسند کیا جاتا ہے۔ کرنے سے ذلت نصیب ہو گی تاہم کثیر التعداد انکی عامل ہے۔ جس سے صاف ظاہر ہے کہ جسطرح شراب نوشی۔ یا چوری وغیرہ چند بُری عادات اپنے عاملوں کے حد اختیار سے باہر سمجھی جا کر مرض "دیوانگی" کی فہرست میں جگہ پا چکی ہیں۔ ویسے ہی تمام اوصاف ذمیمہ کا اظہار اسی سلوک کا مستحق ہے ؟

ممکن ہے کہ سوسائٹی کی موجودہ حالت کے خیال سے اِس امر کا اظہار مرغوب الطبع نہ ہو۔ لیکن امر واقع سے چشم پوشی کرنا بھی تو سا ماجک ترقی کے راستے میں روکاوٹ ہی کا باعث ہو گا۔ اِس لئے بجائے اِس کے کہ ہر ایک شخص کو "فعل بالمختار" مان کر صرف اوپدیش کر چھوڑنا ہی کافی سمجھا

جاوے۔ کسی حسب منشا اعلیٰ منزل پر پہونچنے کے لئے ضروری ہے کہ ہر ایک فرد سوسائٹی کو خاص قسم کی غذا اور تعلیم و تربیت وغیرہ مناسب حالات میں رکھنا لازمی قرار دیا جائے۔ جس اصول پر پراچین بھارت میں "گورو کُل" اور مغربی ممالک میں "لازمی تعلیم" کا رواج ہے۔ ورنہ جسطرح "سٹرکنیا" خفیف مقدار میں حس و حرکت کی طاقت کو بڑھاوتا ہے اور زیادہ خوراک میں باوجود عقلی قوا کی درستی کے بھی عضلاتی حرکات کے بے اختیاری پن کو روکنے کے لائق نہیں چھوڑتا۔ یا شراب خود ضبطی کی طاقت کو کمزور کرکے تیزیٔ طبع کا باعث ہوتی ہے ایسی ہی بیسیوں قسم کی اشیاء بسبب فزیولاجیکل کیمسٹری کے جسم انسان میں پیدا ہوتی اور جذب ہو کر اپنا اثر پیدا کرتی رہتی ہیں۔ جن کی نمایاں صورت اختیار کرنے کو صحت و مرض کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ چونکہ لاکھوں میں سے ایک شخص بھی پورے طور پر خوراک کے اجزا کی جسم انسان میں ترکیب و تفرید کے وقت اور اس سے پیدا شدہ مرکبات کے اثر سے علم نہیں رکھتا۔ اسلئے جس طرح حیوانات عموماً اپنی عقل طبعی سے کام لیتے اور کبھی انسانی صحبت سے فیضیاب ہونے کی بدولت اعلیٰ اوصاف حاصل کر لیتے ہیں۔ تاہم "بھوگ یونی" یعنے کرم کرنے میں مجبور کہے جاتے ہیں ویسے ہی کثیر التعداد انسان بھی جو کہ عام طور پر اپنی "تاثیر تخم" اور "اثر صحبت" کے مجموعی نتیجے کے موجب ہی کام کرتے اور وقتاً فوقتاً سلسلہ ترقی میں کسی نئی بات سے وقوف حاصل کر لیتے ہیں۔ پس کیا وجہ ہے کہ ان کو بھی "بھوگ یونی" یعنے مجبور بالفعل نہ کہا جاوے۔ بقول کسے:

کرے کراوے آپے آپ  مانس دے کچھ نہیں ہاتھ

مطلب یہ کہ جسطرح شرابی کو نشے کے زیر اثر ہونے کی وجہ سے "مجبور" سمجھا جاتا ہے۔ ویسے ہی اکثر اشخاص کے اندر بدہضمی وغیرہ کے باعث

غذا کا خمیر ہو جیسے شراب کی قسم کے مرکبات بنتے اور جذب ہو کر اثر کرتے رہتے ہیں۔ اسلئے کون کہہ سکتا ہے؟ کہ اگر کسی نے کوئی غلطی کی ہے تو وہ بحالت صحت کامل تھی۔ یا اندرونی پیدا شدہ فاسد مادوں کے زیر اثر بن چکے متوالا ہونے کا نتیجہ تھی۔ نیز جس طرح کوئی شخص آنکھیں نہ ہونے کی وجہ سے معذور سمجھا جاتا ہے۔ اسی طرح پر کیا یہ ممکن نہیں کہ مجرم پیدائشی طور پر ہی اپنے قوائے دماغی سے محروم رہا ہو یا ناقص حالت میں رکھتا ہو یا بعد میں کسی وجہ سے کھو بیٹھا ہو؟ جسکی وجہ سے اس کو معذور سمجھا جائے۔ کیونکہ اگر کسی بچے کو بھی کسی شئے کی برائی کا علم ہو جاتا ہے تو اس کی طرف رغبت نہیں کرتا۔ چہ جائیکہ پھر نابالغ ہو کر بداعمالی سے اپنے تئیں مصیبت میں ڈالے؟ جس برائی کا تمام دنیا میں ڈھنڈورا پیٹ رہا ہو۔ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ یا تو اس کو سچا علم نہیں ہوتا یا اس کے اندر کوئی زہر اثر کرتا ہے یا اس کے قواء میں نقص ہوتا ہے (جیسے دماغ کے خاص حصوں کی خرابی گفتگو یا سننے میں نقص پیدا کرتی ہے) سو ہر سہ حالات مجبوری کے مظہر ہیں۔ اب جسطرح بدی کا معاملہ بے اختیاری کا ہے ویسے ہی نیکی کے معاملہ کو بھی مجبوری کہا جاسکتا ہے کیونکہ جیسے بدکار شخص بدی سے باز نہیں آسکتا۔ ویسے ہی نیک شخص اپنے سوبھاؤ کے برخلاف نہیں کرسکتا۔ پس ایکطرف اگر کسی برے کام کے عوض میں مجرم کو انتقامیہ سزا دینی ناواجب ہے گویا از روئے ترحم اسکی اصلاح کرنے کی کوشش بہتر عمل ہے تو دوسری طرف کسی اچھے کام پر شخص اہنکار کا روغن چڑھانا یعنی فخر اور خودی کا اظہار کرنا بھی سراسر غلط اور ناروا ہے۔ کیونکہ بمصداق :-

چلا تھا کعبے کی سمت کو میں کہ میکدہ میں ٹھہر گیا ہوں ؛ کھلا یہ اس وقت راز مجھپر کسی کے میں اختیار میں ہوں

جب کارکن طاقت ہی کوئی دوسری ہے تو انسان کو بطور ایک اوزار کے کام

کرتے ہوئے کیا حق حاصل ہے کہ خواہ مخواہ کا طوق "خودی" گلے میں ڈالے؟
چونکہ بیرونی نقطۂ نگاہ سے ہر شخص اپنے ملک کی آب و ہوا اور رسم و رواج
سے کسی کام کی تحریک پاتا ہے۔ اِسلئے حب الوطنی کے جذبے کو اُبھارنے
اور اپنے وطن کو ہی درجہ معبود دینے کو نجات کا صحیح راستہ ذہن نشین کرانے
کی غرض سے بھگوان کرشن نے بھگوت گیتا کے گیارھویں ادھیائے میں
تمام بھارت ورش کو اپنا روپ ظاہر کر کے اٹھارویں ادھیائے کے ۶۵
اور ۶۶ شلوک تک میں ارجن کو اپنی شرن میں آنے کی ہدایت کی ہے
گویا ہر فرد سوسائٹی کی خودی اپنے مالک میں ہونی چاہیئے۔ نہ کہ اپنی شخصیت
میں۔ بمصداق :- سه

ترک کر سب ملتیں لے مجھ اکیلے کی پناہ ٭ پھر میرا ذمہ ہے ارجن تیرا بیڑا پار ہے

علاوہ ازیں جسطرح کشش زمین کی بیڑی تمام اشخاص کے پاؤں میں پڑ کر کولھو
کے بیل کی طرح خاص حلقے میں حرکات کرتے رہنے پر بھی آزادی کا حق
نہیں دیتی۔ ویسے ہی "سچدانند" کی پراپتی کی خواہش کی موجودگی میں جو کہ
ہر شخص کے سر پر "مانسک نیم" کا ڈنڈا لٹکتا رہتا ہے کس طرح کوئی شخص کہہ
سکتا ہے کہ وہ کرم کرنے میں مختار ہے؟ یہی وجہ ہے کہ جسطرح طبعی و کیمیائی
قوانین کے جاننے والے مادی اشیاء کو حسب منشا بنا کر ان سے کام لیتے ہیں
ویسے ہی مانسک ودیا کے ماہر خاص قسم کی تعلیم و تربیت سے بچوں کے
دماغوں کو خاص سانچے میں ڈھالتے ہیں جو کہ تصویرت و بگچہ جر بدار ہتوں کی
طرح خود بخود حالات زمانہ کے زیر اثر ڈھلتا رہتا ہے جسطرح کی سوسائٹی
میں رہنے اور جس قسم کی زبان سیکھنے کا موقع ملا۔ اسی کے بموجب ہو گیا۔
گو جسطرح مرطوب ہوا میں رہنے سے لوہے کو زنگ لگتا ہے یا حرارت سے
برف پگھل پڑتی ہے۔ ویسے ہی قدرتی بناوٹ کے لحاظ سے اعصاب حس
و حرکت کی بدولت "ریفلکس" فعل کی موجودگی کے باعث کوتاہ

اندیش جانور وانہ کے چگنے کا موقع پاکر یا معمولی انسان جذبات حسی کی سیری کا سامان دیکھ کر متحرک ہوتا اور مصائب کا شکار بنتا ہے۔ اگر خوش قسمتی سے اعلیٰ سوسائٹی کے زیر اثر آگیا۔ تو حس حرکت کی کمال درجہ کی سجدگی نے اعلیٰ درجہ کی عقل و جذبات و ارادت کی صورت اختیار کر لی۔ جن کی ہم آہنگی سے "فعل بالمختار" ہونے کی حس نمودار ہوگئی۔ (جسطرح کسی کتاب کا نفس مضمون حروف ہجی کو پیچیدہ طور پر لانے کا نتیجہ ہوتا ہے۔) ورنہ وحشی جانوروں کا سا عالم تو قسمت میں لکھا ہی ہوتا ہے۔ جیسا کہ امریکہ یا آسٹریلیا کی پرانی آبادی سے ظاہر ہوتا ہے۔ بدیں وجوہات کوئی صورت معلوم نہیں ہوتی۔ کہ انسان "فعل بالمختار" ہونے کی خودی کی زنجیر میں جکڑا جا کر خواہ مخواہ کی مصیبت اٹھائے۔ اسی اصول کو مد نظر رکھ کر گیتا میں بار بار کہا گیا ہے۔ کہ انسان کو بیخود ہو کر اپنی فطرت کے بموجب کرم کرتے جانا چاہیئے۔ نتیجہ "بلحاظ حالات" جو پیش آجائے۔ وہی واہ وا۔ "ترلوکی ناتھ (طبعی۔ اخلاقی اور عقلی فواد کا مالک) بننے کے لئے صرف یہی ایک راستہ ہے۔ کہ ہر شخص بجائے اپنے جسم کے اپنے ملک میں خودی قائم کرنے کا ابھیاس کرے:-

ہم چل ہیں ہم چل ہیں نا ہیں ہم ہیر کہتم قدر؛ ہم ہی سب کے اندر جانن ہم ہی باہر نور

## شخصی "روح" کا موہوم خیال:-

آخری امر "ترک خودی" کے متعلقہ روح کی جسم سے "علیحدہ ہستی" کے موہوم خیال کو مٹانا ہے۔ تاکہ ظاہری اختلافات جسمانی میں باطنی وحدت کو انبھو کر کے ہر شخص باہمی رشتہ اتحاد کو مضبوطی دے اور حسد و نفرت کو ایکتا کی اگنی میں جلا کر پوتر تا اور سکھ کا جیون بسر کرے۔ شیخ سعدی صاحب فرماتے ہیں:- ؎

بنی آدم اعضائے یکدیگر اند　　که در آفرینش ز یک جوہر اند

ع۱ اِس مضمون سے غرض یہ امر ذہن نشین کرانا ہے کہ آتما کے تین مظہرات۔ بقیہ نوٹ دیکھو صفحہ ۱۰۰

چو عضوے بدرد آورد روزگار دیگر عضوہا را نماند قرار

چونکہ جسطرح "ایم۔ اے" کلاس میں داخل ہونے سے پیشتر "بی۔ اے" تک کی تعلیم حاصل ہونا ضروری ہے۔ ویسے ہی "میٹافزکس" یعنے روحانی مضامین بھی تب ہی سمجھ میں آسکتے ہیں جبکہ "فزکس" یعنے علوم طبعی کی بنیادی سچائی سے واقفیت ہو۔ اسلئے اصلی مضمون کے اظہار سے پہلے ہم بھی ناظرین کی توجہ کائنات کے ان بنیادی اصولوں کی طرف ہی کھینچتے ہیں جن سے کہ باوجود چار صورتوں (سالڈ = ٹھوس۔ لیکوئڈ = سیال۔ گیسز = ہوائی ریڈیو ایکٹو = نورانی) میں منتقل ہو سکنے کے "بقاء مادہ" اور بہت سی صورتوں (کشش ثقل۔ گرمی۔ بجلی۔ مقناطیسی۔ روشنی۔ آواز۔ حس و حرکت۔ عقل و ہوش۔ جذبات و ارادہ وغیرہ) میں تغیر پذیر ہو سکنے کے "بقاء قوت" الگ و صورت سے علیحدہ نہ ہو سکنے کے قابل اشیاء تسلیم کی گئی ہیں تاکہ ہر شخص بآسانی سمجھ سکے۔ کہ یہی وجہ ہے جو ہم کو اس لامحدود ہستی کی بیرونی موجودگی کا خیال "دیش" (پھیلاؤ) اور اس کی اندرونی حرکات کا خیال "کال" (تواتر) کی صورت میں اس ڈھنگ پر محسوس ہوتا ہے کہ ہم ان میں سے کسی کی عدم موجودگی کو خیال میں بھی نہیں لا سکتے گویا دیش۔ کال اور وستو ایک عجیب صورت میں "وحدت حقیقی" کے مظہرات ہیں۔ اس وحدت حقیقی نے کسطرح سے آغاز عالم کے وقت ایتھر اور مادہ کی صورت اختیار کی؟ یا "نیبولر تھیوری" کے بموجب کسطرح بتدریج جمادات۔ نباتات اور حیوانات کا ظہور ہوا؟ ان سوالات کے جواب طول سے بچنے کیلئے نظر انداز کرتے ہوئے ہم انسانی صورت کے نمود پذیر ہونے کے بعد ہی کھوج لگاتے ہیں۔ تو پتہ لگتا ہے۔ کہ شروع دنیا میں روح کا خیال زندہ اشخاص کی ان حرکات سے ہوا جوکہ مردہ میں نہیں پائی جاتیں۔ مثلاً نبض۔ تنفس۔ بول چال وغیرہ چونکہ حرکت کی

اصلی وجہ سمجھ میں نہیں آتی تھی اس لئے بہتے پانی - متحرک شعلے - چلتی ہوا
آتش فشاں پہاڑوں - چاند - سورج اور سیاروں وغیرہ میں کئی خاص ...
روحوں (دیوتاؤں) کی ہستی تسلیم کرلی گئی ہے - عالم خواب نے "دوسری"
ہستی کو جسم میں تسلیم کرانے کیلئے خاص تصدیق کی - بعض اصحاب نے
دماغ اور دل میں علیحدہ علیحدہ روح فرض کی - بلکہ گیلن صاحب نے
تین قسم کی روح کا قیاس کیا (۱) جگر میں (نباتاتی روح) (۲) قلب میں
(حیوانی روح) (۳) دماغ میں (انسانی روح) اسی صاحب نے
پھیپھڑوں میں خون کی صفائی ہوتی دیکھ کر "نیوما" نامی روح کے اس
راستے داخل ہونے کی پیشگوئی بھی کی تھی - جو کہ ۱۵ سو سال کے بعد
"آکسیجن" کے نام سے ظاہر ہوئی - اسی طرح جوں جوں وقت گذرتا گیا
علمی تحقیقات میں ترقی ہوتے ہوئے خیالات میں انقلاب ہوتا رہا - اگرچہ دل
کے "پمپ انجن" کیطرح کام کرنے اور نظام عصبی کے ہوش و حواس کا
آلہ ہونے کے ثبوت بہم پہنچنے پر روحانی کثرت کا خیال تو غلط ثابت
ہوگیا - لیکن اکثر اصحاب کے خیال میں کیمیائی و طبعی طاقتوں کے علاوہ
کسی ایسی "دوسری شکتی" کی ہستی کا یقین رہا - جو کہ "ان آرگینک"

---

بقیہ نوٹ صفحہ ۵۳: - میں سے جسطرح "سیل" کی روح طبعی شکتیوں سے وکاس پا
کر انسانی "روح کی صورت میں نمایاں ہوتی ہے - ویسے ہی "افراد" کی روح ارادی
طاقتوں سے "سماجک" روح کی صورت میں وحدت کا نظارہ دکھلاتی ہے چونکہ جدو
جہد ہستی میں آجکل مقابلہ قوموں کا ہے اسلئے جسطرح ادنےٰ درجے کے جیو منش
کے مقابلے میں کامیاب نہیں ہوسکتے - ویسے ہی شخصی روح کا ایمان رکھنے والی قوم
پرستوں کے مقابلے میں عہدہ برا نہیں ہوسکتے - گویا زندگی صرف وحدت پرستوں
کا حصہ ہے اور موت جسم روپی بت پرستوں کا "موتوا قبل ان تموتو" : ــ رتبہ شمشیر را ازکیا
دور کردن بیش نیست : عشق را نازم کہ تیغ او دو را یک میکند :

دنیا میں معدوم ہے۔ گویا ان کا یہ خیال تھا کہ اگرچہ دل کا فعل مشین
کی طرح اور ہاضمہ اور تنفس کا فعل کیمیائی عمل سے ہوتا ہے۔ لیکن عضلات
و اعصاب کا فعل بغیر کسی "بالاتر طاقت" کے نہیں ہو سکتا۔ اس خیال
کی جڑ "کمپیریٹیو فزیالوجی" کے مطالعہ نے کاٹی۔ جس کی بنیاد ایک موچی کے
لڑکے جانس مولر نامی (برلن۔ ۱۸۰۱ء) نے رکھی۔ اس نے حتی الامکان
"سیل" سے انسان تک ہر ایک عضو اور فعل کا مقابلہ زندہ سے مردے
کا اور تندرست سے مریض کا کیا۔ اس سے اس کا روح کا خیال طبعی
و کیمیائی قوانین کی حدود میں آ گیا۔ اسی کے شاگردوں نے ۱۸۳۸ء میں
"سیل تھیوری" کی بنیاد رکھی۔ یعنی "سیل" نامی چھوٹی چھوٹی تھیلیاں
یا خانے ہی ساختوں کے بنانے والے اور آزاد زندگی رکھنے والے
ہیں۔ اور اووم و سپرمیٹوزووا ایک قسم کے "سیل" ہی ہیں جو کہ استری
پورش کے رج و ویریہ میں پائے جاتے ہیں۔ بعدہٗ ۱۸۵۹ء میں ثابت
ہوا۔ کہ ایک "سیل" کا جسم رکھنے والے جاندار مادے "پروٹسٹی" نامی
کی دماغی حالت اس پل کا کام دیتی ہے۔ جو کہ "اِن آرگینک نیچر" کے
کیمیائی عمل کو انسانی دماغ سے وابستہ کرتا ہے۔ ورچو صاحب نے
"سیل تھیوری" کو "علم الامراض" (پیتھالوجی) پر عاید کیا یعنی "سیلز"
کی صورت بدلنے اور ساخت میں فرق آنے کی بابت "کا اظہار کیا
اور بتلایا کہ نہ صرف تندرستی ہی انسان طبعی و کیمیائی قوانین کے زیر اثر
رہتا ہے۔ بلکہ بیماری بھی انہی قوانین کا نتیجہ ہوتی ہے نہ کہ کسی دیوتا یا بھوت
وغیرہ کی بدولت جیسا کہ اکثر جاہلوں کا خیال ہے۔ "علم جنین" (ایمبریالوجی)
کے مطالعہ نے ایک "سیل" کی دو گونہ تقسیم ہو ہو کر انسانی بچے کی تکمیل کا

(۱) "جرم سیل" کی پیچیدگی کا اندازہ کیمیائی نقطۂ نگاہ سے یوں ہو سکتا ہے کہ پانچ ہزار "ایٹم" سے ایک زندہ "مالیکیول" بنتا ہے ایسے ۴۲ ہزار مالیکیول ایک جگہ "سیل" بناتے ہیں جس سے ۴۲ ہزار گونہ جرم سیل [illegible]

راز فاش کیا۔ اور بتایا۔ کہ کسطرح ایک "سیل" سے مختلف ساختیں مختلف حالات بیرونی میں آنے اور تقسیم محنت کا نتیجہ ہوتی ہیں اور کسطرح "کیمیائی کشش" (ایفینٹی) کی مانند "سپرمیٹوزووا" نامی سیل اووم کو چھید کر اُس سے ایکتا حاصل کرتا ہے۔ گویا دو زندہ "سیلز" کے لاپ سے ترکیب پانے کی بدولت "انسانی روح" کا مرکب ہونا ثابت ہوا اور "بلاسٹومیرز" سے بنے بنائے جانا ممکن ہونے سے "روح" کے ٹکڑے ہو سکنے کا سوال اٹھایا۔ پروفیسر لوئب نے اگر ایک طرف بغیر "سپرم سیل" کو ملنے کا موقع دینے کے "اووم" سے خاص قسم کے نمکین عرق میں رکھنے پر مینڈک وغیرہ پیدا کر لئے۔ تو دوسری طرف درختوں کی شاخوں کے کاٹ کر لگانے کی طرح "ہائیڈرا" نامی جانور کے کٹے ہوئے حصوں کا پورے جانور کی صورت میں نشو و نما پانے سے "روح" کی رہی سہی حقیقت "زوآلوجی" نے اچھی طرح روشن کر دی۔ الغرض نتیجہ یہ نکلا۔ کہ جسطرح دیگر مادی مرکبات اپنے خاص خواص کا اظہار کرتے ہیں یا مختلف اعضاء جسمانی کے "سیلز" کے افعال مختلف صورتوں میں ظاہر ہوتے ہیں۔ جیسے خون کے سفید دانوں (لیکوسائٹس) کا عمل "آپسونک انڈیکس" میں دیکھا جاتا ہے یا بعض اعضاء کو جسم سے نکال کر انہیں عرق میں رکھ کر ان کے عمل کا مطالعہ کیا جاتا ہے۔ ویسے ہی مانسک شکتیوں کے اظہار کا انحصار بھی دماغ کے خاص سیلز پر ہی ہے جو کہ جسم کے دیگر اعضاء کی طرح ابتدائی "سیل" سے ہی ظہور پکڑتے ہیں۔ بدیں وجوہات صاف ظاہر ہے۔ کہ جسم سے روح کی علیحدہ ہستی کوئی نہیں۔ بلکہ گیان سروپ آزاد مطلق وحدت حقیقی جو کہ شجر کائنات کے بیج کی طرح ادنٰے درجات میں مخفی سی ہو رہی تھی۔ ارتقا کے سلسلے میں کمال حاصل کرنے پر من کے آئینے میں بصورت "حقیقت انسانی"... منعکس ہو رہی ہے۔ باینہمہ یہ امر قابل توجہ ہے کہ ذات حق نہ کبھی مخفی

ہوتی ہے نہ نمایاں۔ بلکہ جسطرح کسی برقع میں صورت رخ کا کم وبیش ہونا برقع پوش کے بدن کو گھٹا بڑھا کر ظاہر کرتا ہے۔ ویسے ہی تعبیر مظہرات صرف اشکال کی بدولت ہیں۔ "حقیقت" لاتبدل ہے۔ بقولیکہ :-

تلسی سنگت نیچ کی آن بچھڑے تت کال : پانی گھڑی جرات ہے ار کھات گھڑیال

گویا تمام اختلافات ذات حق کے سایہ صفت (مایا) ہیں مگر عوام کو بچوں کی طرح روحِ بھیانک "خیالات سے اتنا انس ہو رہا ہے۔ کہ بہشت و دوزخ یا قیامت وغیرہ کے خیالات کو لگائے اور ان کی جگہ سمجھا رکھا" یعنے اس حقیقت کے مسائل کو قبول کرنے میں ایسی سخت مشکل کا سامنا محسوس کرتے ہیں۔ کیونکہ گویا منبع اخلاق صرف "یقین خودی" ہی ہے : چاہے عملی طور پر یہ یقین کتنا ہی مضر نتائج بخش اور جھگڑوں کا باعث کیوں نہ ہو۔ اور زبان سے ماننے والے دل سے خواہ کتنی ہی کیوں نہ اس سے لاپرواہی کا اظہار کریں؟ بقولیکہ :-

مے پی تو سہی تو بھی سو جائیگی واعظ کمبخت قیامت ابھی آتی نہیں جاتی

تکمیہ میں۔ کہ تمام کوششوں کی کامیابی بجائے "بیخودی" (بھارت یا بھارتی میں خودی) کا ابھیاس کرنے کے "جسمانی خودی کا وہم" پختہ رکھنے میں سمجھے ہوئے ہیں اور دراصل ہو بھی کیوں نہ؟ جب سائنس کی صداقتیں ظاہر کرنے میں گلیلیو وغیرہ کو شہادت دینی پڑی ہے تو مسائل عرفان کے اظہار میں منصور کو دار پر کھینچے جانے کا کیا گلہ ہو سکتا ہے۔ اسٹر ہمیشہ سے ہی دیوتاؤں کی مخالفت کیا کرتے ہیں۔ زندگی بذات خود "یدھ" کا نام ہے۔ جسم کو "کورو کشیتر" تسلیم کرنے سے ہی بھگوت گیتا کی تعلیم صحیح طور پر ذہن نشین ہو سکتی ہے : المختصر حقیقت حال یہ ہے

---

ذ اسی اصول کے ماننے والے اصحاب کی جماعت سنیاسیوں میں بھارتی کے نام سے مشہور ہے۔ ارجن اور کرشن کا ایک دوسرے کو بھارت کے نام سے مخاطب کرنا بھی اسی امر کا مظہر ہے

کہ جس طرح علم ہندسہ کی اکائی تمام پیچیدہ مسائل حساب کا حل اپنے اندر مخفی رکھتی ہے۔ ویسے ہی اعلےٰ ترین مظہرات روحانی قوانین مادہ و حرکت کی پیچیدگی کا نتیجہ ہیں جو کہ وحدت حقیقی سے اظہار پکڑتے ہیں:۔

یکائی دولت میں میری ہزار بقالے رنگ ہیں پیدا ٭ مزے کرتا ہوں میں کیا کیا اہا ہا اہو ہو ہو

جس طرح لوہے کو زنگ لگنا وغیرہ مظاہرات اس امر پر دلالت کرتے ہیں۔ کہ ہر ایک شئے اپنے حالات گرد و نواح سے موثر ہوتی رہتی ہے۔ ویسے ہی مظہرات زندگی کا "میٹابولزم" پر منحصر ہونا اس امر کی تصدیق کرتا ہے کہ گو صورتیں مختلف ہوں۔ لیکن "اریٹیبلیٹی" "ریفلکس" "حرکات احساسی" "سنسیشن" (عقل حیوانی) اور "ریزن" (عقل انسانی) وغیرہ تمام سلسلہ وار ترقی کے ہی درجات ہیں جو کہ مرکبات کی پیچیدگی سے ان کے خواص طبعی کی صورت میں ظہور پکڑتے ہیں۔ یہی وجہ ہے۔ کہ جہاں ایک طرف "اہل علم" اس "دعویٰ خودی" کی غلطی کو دور کرنے پر زور سے توجہ دلاتے رہے ہیں۔ بقول شخصے:۔

تو کو اتنا مٹا کہ تو نہ رہے ٭ اور تجھ میں دوئی کی بو نہ رہے

دیگر

بندگی اور حق پرستی "کچھ نہ ہونا" ہے نیاز ٭ کچھ نہ ہونے کے سوا اور حق پرستی کچھ نہیں
یہ جو کچھ ہونا ہوانا کہتے ہیں سارے بیاں ٭ فقر میں ہستی یہی ہے اور ہستی کچھ نہیں

دیگر

آپ ہی آپ ہوں یاں غیر کا کچھ کام نہیں ٭ ذات مطلق میں میری روپ نہیں نام نہیں

تو دوسری طرف "اہل عمل" نے بھی تجربات کی کسوٹی پر رکھ کر کھوٹے روپیہ کی طرح اس "خودی" کے مظہرات "خود نمائی" اور "خود غرضی" کو ترک کرنے کی ہی صورت میں حصول کامیابی کو ممکن ظاہر کیا ہے۔ کیونکہ نہ صرف یہ "میں" کا خیال مسئلہ اتحاد کی جڑ کاٹ کر مختلف قسم کی غلط کاریوں سے

ہی کل کو جزو پر قربان کرنے کا باعث ہوتا اور "انڈائریکٹ" طور پر اپنی ہلاکت کا موجب بنتا ہے بلکہ راستبازی - پریم فرشتہ سیرتی - میدان جنگ میں شجاعت اور میدان علم میں ذکاوت وغیرہ اعلے اوصاف کا اظہار بھی انہی اصحاب سے ہوتا ہے جو کہ اِس غلط فہمی سے بالاتر ہو کر بیخودی کی منزل میں قیام پاتے اور اعضاء باطن کی طرح بغیر اپنا احساس کرائے کے مشترک مدعا کی تکمیل کے لئے کام کئے جاتے ہیں اسی مغالطہ خودی کا نام "ادھیاس" ہے جس کے لئے کہا گیا ہے :- کنڈلیہ :-

دسواں گرہ ادھیاس ہے تو گرہ کا جو مول  جب لگ یہ ادھیاس ہے تب لگ مٹے نہ شول

تب لگ مٹے نہ شول کرے کیتی چترائی  دیو جیپ جپ تپ نہیں کوئی ہوت سہائی

کہے گردھر کویرائے گیان ورمیھ دیکھ  مول او دیا ناش ہوئے گرہ رہے نہ دسواں

پس سچے آنند اور موکش کی پراپتی کا سادھن ہونے سے اِس "میں" کے محدود خیال کو لامحدود بنانا یعنے "جسمانیت" سے اٹھا کر "سپھر قومیت" میں حل کرنا ہی سچا بانسک ویراگ ہے - اِسی کی بدولت ہر طرف آتما کا جلوہ نما ہونا ممکن ہے - بقولیکہ :-

جدہر دیکھتا ہوں جہاں دیکھتا ہوں  میں اپنی ہی تاب او رشاں دیکھتا ہوں

**نوٹ** :- ممکن ہے - مندرجہ بالا مضمون کے مطالعہ سے ناظرین کے دل میں چند ایک سوالات پیدا ہوں اسلئے بنظر پیشبندی ان کی تسلی کے لئے دو ضروری سوالوں کے جواب ذیل میں درج کئے جاتے ہیں :-

(۱) جب فعل میں آزادی ہی نہیں - تو کرموں کا پھل کیونکر مل سکتا ہے؟ اگرچہ انسانی قانون خود غرضی پر مبنی ہونے کے باعث کئی قسم کی غلطی کی گنجائش رکھتا ہے لیکن قدرتی قانون چونکہ اٹل ہے - اسلئے بلحاظ جزا و سزا کے اس میں کسی قسم کی غلطی کا احتمال نہیں ہو سکتا - آپ دیکھتے ہیں کہ خواہ جان بوجھ کر آگ میں ہاتھ ڈالو یا انجان پن سے - نتیجہ بہر حال یکساں

ہوتا ہے۔ ایسے ہی خواہ حیوان آگ میں گرے یا انسان۔ بلحاظ نتیجے کے معاملہ واحد ہے۔ ہاں البتہ ہر شئے کے اختلاف فطرت سے انکار نہیں کیا جا سکتا۔ چنانچہ انسان کو نسبتاً اعلیٰ درجے کی قابلیت حاصل ہے جس کی بدولت یہ خاص حد تک "آزاد" ہو سکتا ہے۔ مگر عام طور پر نہ تو صرف "حالت بشر مجبوری" (جو کہ اکثر خود اختیاری امر ہوتا ہے) کی طرح لاعلمی۔ خوف۔ خواہشات جذبات اور عادات وغیرہ ہی اس کی فطرتی آزادی کے سدراہ ہوتی ہیں بلکہ سماجک رسوم اور ملکی قوانین بھی اس میں سخت مخل ہوتے ہیں۔ اسی لئے کہا گیا ہے۔ کہ اگرچہ بچہ اپنے جسمانی خط و خال کے لحاظ سے اپنے والدین کی اولاد کہا جا سکتا ہے۔ لیکن بلحاظ ذہنی حالت (انسانیت) کے وہ ہمیشہ اپنے وقت یعنے حالات زمانہ کی اولاد ہوتا ہے۔ معترض صاحب موجودہ گورنمنٹ کے قوانین (متعلقہ پریس۔ پلیٹ فارم یا سازش وغیرہ) کو ہی مد نظر رکھ کر دیکھ سکتے ہیں کہ اہل ہند کے خیال قول اور فعل کی آزادی کا کیا عالم ہے؟ مطلب یہ ہے کہ بہت تھوڑے ایسے صاحب الوالعزم اشخاص ہیں۔ جو کہ دریائے دنیا (بھوساگر) میں تیرنے کی تکلیف اٹھاتے اور اپنے مجوزہ مقصد کی طرف چلتے ہیں۔ ورنہ عام طور پر تو ہر ایک بہتا ہی پایا جاتا ہے۔ حالات زمانہ کے تھپیڑے جدھر چاہتے ہیں ادھر لے جاتے ہیں۔ ع

زمانہ با تو نسازد تو با زمانہ بساز

بدیں وجوہات ہر شخص کو آزادی اور مجبوری کے اعتدال کا خیال رکھتے ہوئے جہاں اپنے تئیں ہمیشہ حالات مجبوری سے نکالنے کی کوشش کرنی چاہئے۔ وہاں دوسروں کے عمل پر حملہ کرتے وقت ان کی "مجبوری" کو فراموش نہیں کرنا چاہئے۔ کیونکہ باہمی جھگڑوں کی بنیاد

عموماً اسی اصول کی ناواقفی ہوتی ہے :- ؎

جیسی جا کو بدھ ہے تیسی کہے بنائے ‌ ‌ ‌ تا کو برا نہ کیجئے لین کہاں سے جائے

دیگر

دو عاقل را نباشد کین و پیکار ‌ ‌ ‌ نہ دانائے ستیزد با سبک سار

وگر در ہر دو جانب جاہلانند ‌ ‌ ‌ اگر زنجیر باشد بگسلانند

اسی حقیقت کو مدنظر رکھ کر ہر ایک مذہب میں دوسرے کی غلطیوں کو معاف کرنے کی ہدایت کی گئی ہے :-

(۵) عفو لذتیست کہ در انتقام نیست

علاوہ ازیں اگرچہ "آزادی" انسان کا قدرتی حق ہو لیکن اس کا حصول محنت سے ہی ہوتا ہے - کیونکہ اگر ہر شخص "آزاد" ہی ہوتا - تو شاستر کار "مکتی حاصل کرنے کے سادھن ہی کیوں لکھتے ؟ جس سے صاف ثابت ہے کہ آزادی انسان کا معراج ہے نہ کہ اسکی موجودہ حالت - کون نہیں جانتا کہ ہندوستانی عورتوں کی آزادی (فعل بالمختار ہونا) ارسطو کے زمانے کے غلاموں کی سی ہے - جن کی نسبت وہ لکھتا ہے "کہ غلاموں کیلئے کسی قسم کے ارادے کی آزادی بھی ممکن نہیں ہے" منش کے کرم کرنے میں آزاد نہ ہونے کو ہی مدنظر رکھ کر گیتا ادھیائے ۳ شلوک ۲۷ میں کہا گیا ہے :- ؎

مایا کے گن کرت ہیں سبھی کرم یہ جان ‌ ‌ ‌ اہنکار اتم ہمو ڑھ سمیت آپن کو مان

یہی ایک طرف اپنے اندر "آزاد ارادے کا احساس" اور دوسری طرف اپنی مجبوری کا اظہار" (جو کہ اجتماع ضدین ہونے سے "انرو چنی مایا" کا لکشن ہے) مسئلہ تدبیر و تقدیر کی بنیاد ہے - جس کے مناسب طور پر سمجھنے میں ہی خاطر خواہ کامیابی نصیب ہو سکتی ہے ؟

(۶) جب شخصی روح کی جسم سے علیحدہ کوئی حقیقت ہی نہیں تو پھر کرموں کا پھل کس کو ملیگا ؟ ‌ ‌ ‌ (چنانکہ اعتراض ۲ کا ہے اتحاد)

ضروریات زندگی میں اعلےٰ درجہ رکھتی ہیں۔ اور پہلے دو رسالوں میں صرف انہی کا بیان درج کرنے کا اقرار بھی کیا جا چکا ہے۔ اسلئے "حالات بعد از مرگ" کے متعلقہ بالتفصیل بیان کو اسی سلسلے کی تیسری کتاب (فلسفہ نجات) پر چھوڑ کر مختصراً یہ عرض ہے کہ اگرچہ سچائی - آلو اور بھوک کی پیدائشی تفریق (پرار بدھ جس سے شروع کیا جائے) اور "عقل حیوانی" کی موجودگی (جو کہ دراصل "ارادی افعال" کا ہی نتیجہ بصورت "ایوولیوشن" ہوتا ہے) کو دیکھنے سے خاص حد تک عقل بھی "آواگون" کے حق میں گواہی دیتی ہے لیکن دراصل ایسے امور کا تسلیم کرنا "الہام" پر ایمان لانے یعنی بشواس[1] شکتی کے پیدا ہونے پر ہی منحصر ہوتا ہے۔ جہانتک کہ عقل انسانی کی رسائی نہیں ہو سکتی۔ (جیسا کہ اگلے باب کے مطالعہ سے ظاہر ہوگا۔) اسلئے رو چکے اور بھیانک "خیالات کا خول اُتار کر۔ بقول شاعر:۔

نہ کچھ عدم سے جو چل بسے سفر آخر اکی خبر کسے    نہ عذاب ہے نہ ثواب ہے یہ ہیں سب ہیلی مباحثے

مندرجہ بالا مضمون میں صرف "حقیقت" (سائنٹیفک سچائی) کا ہی اظہار کیا گیا ہے۔ ورنہ یوں تو جسطرح "اٹیم" (کیمیائی ذرہ) اپنی حقیقی ہستی نہ رکھتا ہوا بھی جبتک "نامعلوم" حالات کے زیر اثر "الیکٹرون" کی صورت میں نہیں ٹوٹ جاتا۔ کیمیائی عمل میں برابر ایک مرکب سے جدا ہو کر دوسرے مرکب کا جزو بنتا رہتا ہے۔ ویسے ہی روح کی جسم سے علیحدہ ہستی نہ رکھنے کی

---

[1] جس طرح اس کتاب کے ناظرین میں سے کسی ایک کو کوئی شخص بیرونی دباؤ یا خوف سے یہ کہنے کے لئے مجبور کر سکتا ہے کہ "میں نے فلسفہ اعتدال نہیں دیکھا" لیکن دل سے اس کے دیکھنے کے یقین کو نہیں مٹا سکتا۔ ویسے ہی جب "بشواس" کی آنکھ کھلتی ہے تو انسان عقل سے بالاتر امور کی ہستی کو اسی زور سے یقین کرتا ہے۔ اس لئے بشواس شکتی سے مراد ایسی حس کے ظہور سے ہے۔ جو کہ عقل سے بالاتر امور (آتما وغیرہ) کو انبھو کر لیتی ہے۔

صورت میں بھی یہ ممکن ہے۔ کہ انسانی خودی" جب تک نشکام کرم یعنی
پریم اور گیان کی بدولت ذات حق میں تحلیل نہ پائے۔ اپنی آخری حالت
(روحانی باسناؤں کے مجموعی نتیجے) کے زیر اثر مثل عالم خواب" کے روپ
بدلنے کی طرح آواگون کے چکر میں مبتلا رہے۔ کیونکہ اگرچہ "ایوولیوشن
کے سرسری مطالعے سے یہ نتیجہ ظاہر ہوتا ہے کہ جسم کثیف کی تکمیل کے
ساتھ ہی قوائے دماغی ترقی پاتے ہیں گویا" فی الذکر کا باعث اول الذکر
ہے لیکن گہری نگاہ سے دیکھا جائے تو چونکہ اندرونی حرکت کی بدولت
ہی بیرونی اعضاء میں تحریک پیدا ہوتی پائی جاتی ہے اور اسی کی بدولت
یہ اعضاء اپنی ساختوں اور افعال کی پیچیدگی حاصل کرتے ہیں۔ اس لئے
اس کے برخلاف یہ یقین کرنا پڑتا ہے کہ جسم کثیف کی ترقی نتیجہ ہے
اور اندرونی شکتی یعنی آتما وس کا کارن ہے گویا در اصل جسم ہی روح کا ظہور
ہے نہ کہ روح جسم کا۔ جیسا کہ مادہ پرستوں کا عقیدہ ہے اس لئے
جسطرح یہ جسم اس شکتی نے حاصل کیا ہے۔ ویسے ہی بلحاظ درجات
و کاش کے وہ اور انیک جسم دھارن کر سکتی ہے بس انسان کا فرض..
صرف یہی ہے کہ وہ کمال حاصل کرنے کی غرض سے نشکام کرم کرنے
میں مصروف رہے۔ یہی مہاتما بدھ اور بھگوان کرشن کی تعلیم کا نچوڑ ہے
"نیکی کر اور دریا میں ڈال" ؎

علاوہ ازیں منش کے آتما کا صرف کال کے لحاظ سے لامحدود ماننا یعنی
بلحاظ دیش کے محدود سمجھنا) دراصل واقعات سے آنکھ بند کر کے وہم پرستی
کرنے پر ہی دلالت کرتا ہے کیونکہ جہاں ایک طرف اعضاء جسمانی کے
تعلق کی طرح شخصی ترقی کا انحصار سماجک ترقی پر پر تیکش دیکھنے میں
آتا ہے گویا بلحاظ دیش کے آتما کا لامحدود ہونا عملی طور پر نمایاں ہے
وہاں دوسری طرف حدود زندگی سے آگے پیچھے کی حالتیں نہ صرف

عوام الناس کے خیال میں ہی نہیں لائی جاسکتیں۔ بلکہ عملی طور پر بھی کچھ فائدہ نہیں پہونچاتیں۔ کیونکہ اگر مسئلہ تقدیر پر آدھار رکھنے والے ہر ایک مصیبت کو قسمت سے وابستہ کرکے کاہلی کی زندگی اختیار کر لیتے ہیں۔ تو برخلاف ان کی مغربی زندہ دل تدبیر کے قائل ہونیسے کوئی ایسی حالت نہیں دیکھتے "جس کی خرابی کا علاج نہ ہو اور جس کی خوبی کو اعلے تر کیا جاسکے"۔ چنانچہ یہی راز ان کی کامیابی کی تہ میں ہے۔ نیز یہ بھی امر مسلمہ ہے کہ دیش کے لحاظ سے عملی طور پر آتما کو لامحدود ماننا (یعنے نوع انسان کی سیوا کرنا) ہی آئندہ زندگی کی بہتری کا ساد ھن ہے۔ پھر کیا فائدہ ہے۔ کہ خواہ مخواہ "رد جک بھیانک" (بہشت دوزخ کی) باتوں کی طرف ساری توجہ خرچ کردی جائے۔ اور "سیتھارتھ" (موجودہ زندگی) کی طرف سے بالکل لاپرواہ رہیں ہ کیا ابھی تک اہل ہند کا دماغ اتنا ترقی نہیں کر گیا۔ کہ وہ نیکی اور علم کو اسلئے پسند کریں کہ وہ نیکی اور علم ہے ۔ پیارے معترض! یہ بچوں کا کام ہے کہ وہ نیکی اور علم کو انعام کی ہوس سے عمل میں لائیں ۔ اسلئے اگر آواگون اور کرم کی آزادی کا مسئلہ سچا ہے تو بھی فائدہ اسی میں ہے کہ انسان اپنے تئیں سماج کے حلقے میں لین کردے اور اگر نہیں۔ تب تو یہ کہا ہی جا چکا ہے کہ انسان دراصل سماج کا جزو ہے بہر حال نتیجہ یکساں ہے:۔

نیست غیر از ہستی تو در جہاں موجود ہیچ
خواہ در انکار کوش و خواہ در اقرار کوش

الغرض نہ صرف اس صداقت روحانی کی بدولت موجودہ زمانے میں تو وہ اقوام حکومت کر رہی ہیں۔ جو کہ سماجک ودیا کے بنیادی اصول یعنے انسانی برادرانہ "مساوات کو عمل میں لا رہی ہیں۔ بلکہ جسطرح غلامی کا زمانہ گذرنے کے بعد موجودہ قسم کی آزادی دیکھنے میں آئی ہے ویسے ہی یقین کیا جاتا ہے۔ کہ سلسلۂ ارتقا میں اسی صداقت کی بدولت

کا پُتلا وہ پوتر قسم کا دو شیطان ہوگا۔ جو کہ تہذیب و ترقی کے آنے
والے زمانے میں حکومت کریگا۔ یہی کیرکٹر موجودہ نوع انسان کا
معراج اور مقصد اعلیٰ ہے: ۔ کلام مصنف:

اگرچہ عالم میں خوب ہی ہو کسی نے مشہور نام پایا
مثل ہمایوں کے سر پہ کی اس نے تخت چھتر کا بھی جمایا
لباس اطلس کا بھی ہو پہنا ہو کھانا ازبس لذیذ کھایا
ہو کامیابی کا اس پہ ہکو نہ کوئی نقشہ نظر ہے آیا

شرافت اگر نہیں ہے انساں کی اس نے دنیا میں کیا کمایا؟
وہ بزرگی ہے مخفی اس میں کہ اس نے اپنے کو کیا بنایا؟

امیروں کی کچھ قدر ہے نہیں نہ سیٹھ ساہوکاروں کی جانے
ہو دیسا نقش درم کا جسکو لگا ہی دیگا کسے ٹھکانے
ہے جو معبود جسکا کنچنی بس کرا دن ٹھہر ہے تا بانے
قصور اسکا کہیں سب ہے جو اسی کو ہم نبی جانے

شرافت اگر نہیں ہے انسان کی اسنے دنیا میں کیا کمایا؟
وہ بزرگی ہے مخفی اس میں کہ اسنے اپنے کو کیا بنایا؟

مکاں کی آرائشوں کی خاطر کہیں کو خاطر ہی میں نہ لاوے
صدقہ پہ عاشق ہوا کہ دل کے دیوے نہ تو کوئی فریاد
کرے نہ پروا مغرور ہوا وہ چھلکا ازبس غرور کھاوے
ہی تماشائی تن پرستوں کی مجلسوں میں نظر جو آوے

شرافت اگر نہیں ہے انساں کی اُسنے دنیا میں کیا کمایا؟
وہ بزرگی ہے مخفی اس میں کہ اسنے اپنے کو کیا بنایا؟

یہ مانا دنیا میں سچی منزل پہ نہ پہنچا مدد کی ہی پائی
مثل سچی ہے کہ ایک بھی ہے نہیں بھی رو با گئی بنائی
مگر ہو معراج جسکا اعلیٰ اسی کی عظمت ہے جانی مانی
بدیر آید درست آید اسی میں جیون کا رس ہے بھائی

شرافت اگر نہیں ہے انساں کی اسنے دنیا میں کیا کمایا؟
وہ بزرگی ہے مخفی اس میں کہ اُسنے اپنے کو کیا بنایا؟

ملی ہے محدود سبکو طاقت وہ چاہے جیسے ہی کام لاؤ
کرو خواہ دریا پار بیڑا کسی کا گھر بار خواہ جلاؤ
کسی کے اوپر ہمدردی اعلیٰ بساؤ خواہ حسد و غصہ میں تن گنواؤ
پیو خواہ آتم گیان امرت یا بھوگ وشیوں میں لگاؤ

شرافت اگر نہیں ہے انساں کی اُسنے دنیا میں کیا کمایا؟
وہ بزرگی ہے مخفی اس میں کہ اُسنے اپنے کو کیا بنایا؟

بنایا انسانیت کا جلوہ سراک بشر میں جو دکھاوے　　قبولی متغیر الامور اگر کرے وہ شہرت وکوت پیدا کر

مثال اپنے ہمساری دنیا میں بد اگر چہ شو تھا　　کھلے حقیقت یہ جس پہ دائرے کھیچوں نہیں ان ہمتن نگاہ

شرافت اصلی نہیں ہے انسان کی اُسنے دنیا میں کیا کمایا؟

ہے بزرگی سچی نہیں کہ اُسنے اپنے کو کیا بنایا؟

عمل میں لاؤ نہ شوق سے جو ہیں نیک فطرت کا اک نشاں ہو　　جو کہ پیشوا ہوں یہ عاشق نیک ہیں کہ عزیز جانو

سب جو دل میں سمندر ہیں انہیں شور سے بیاں کرو　　سچا اصول اپنا ہی کہ جس سے ملیں ہانو

شرافت اصلی یہی ہے انسان کی اُسنے دنیا میں کیا کمایا؟

بزرگی یہ سچی نہیں کہ اُسنے اپنے کو کیا بنایا؟

---

# تمام شد